Üzerimdeki Örtü

Alper Murat Kirpik

ALPER MURAT KİRPİK

Üzerimdeki Örtü

Copyright © 2026 by Alper Murat KİRPİK

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, scanning, or otherwise without written permission from the publisher. It is illegal to copy this book, post it to a website, or distribute it by any other means without permission.

First edition

This book was professionally typeset on Reedsy.
Find out more at reedsy.com

Contents

1	1. Bölüm — Kusurların Örtülmesi: İlahi Settarîyetin...	1
2	Kusurun ifşası mı, terbiyesi mi?	2
3	Allah'ın örtmesi ve kulun utanması	6
4	Ayıp örtmek: Ruhun onarım süreci	10
5	Kendi kusurunu görmek, başkasının kusurunu örtmek	14
6	2. Bölüm — Ya Hafız: Korunmanın Manevi Bilinci	18
7	Korunma ihtiyacı neden fıtridir?	19
8	İlahi muhafaza nedir?	23
9	Güvende olmanın iç huzuru	27
10	"Senden başka koruyacak yok" demenin teslimiyeti	31
11	3. Bölüm — Şeytanın Hileleri ve Zihinsel Tuzaklar	35
12	Vesvese nedir, nasıl işler?	36
13	Modern çağda şeytanın yeni maskeleri	40
14	Düşünceyi koruma sanatı	44
15	Kalbi muhafaza etmenin günlük pratikleri	46
16	4. Bölüm — Nazar ve Haset: Görünmeyen Enerjiler	49
17	Nazarın psikolojik ve manevi boyutu	51
18	Koruyucu bilinç geliştirmek	53
19	Kıskanılmaktan korkmak yerine istikamet üzere yaşamak	56
20	En Yakınından Gelen Haset	59

21 Felak ve Nas Suresi 63
22 Nazar Boncuğunun Zararları 66
23 5. Bölüm — Büyü, Kötü Niyet ve Manevi Saldırılar 69
24 Sirkenin Manevi Faydaları 71
25 Kapıya ve Eşiğe Sürülen Domuz Yağları 75
26 Ayetel Kürsi'nin Gücü 78
27 Kalbi tahkim etmek 81
28 "Bize Kimin Zararı Dokunacak ki?" Rahatlığı 84
29 Şarlatan Hocaların Havas İlmini İstismar Etmesi 87
30 Peygamberimize yapılan Büyü 90
31 6. Bölüm — Cinler ve Görünmeyen Âlem 93
32 Görünmeyen varlıklarla ilgili denge 94
33 Mümin cinler ve ilahi düzen 98
34 Paranoyadan korunmak 101
35 Manevi güvenli alan oluşturmak 104
36 Tuvalet ve Banyonun Hijyeni 107
37 Çarşamba Günü Hassassiyeti 110
38 7. Bölüm — Nefsin Şerri: En Büyük Tehlike İçimizde 112
39 Dış düşmandan önce iç düşman 113
40 Nefs-i emmare nedir? 115
41 Kendini sabote eden yönler 117
42 Nefsi terbiye planı 119
43 8. Bölüm — Ya Müntekim: İlahi Uyarı ve Sarsılış 121
44 İlahi intikam kavramını doğru anlamak 122
45 Sarsılmanın rahmet oluşu 124
46 Kötülükte inat eden kalpler 126
47 Adalet ve merhametin dengesi 128
48 9. Bölüm — Evliyalar, Manevi Yardım ve İlahi Sistem 130
49 Manevi destek nasıl anlaşılır? 131

50 Evliya bilinci 134
51 Günün müvekkilleri kavramı 136
52 İlahi düzen içinde güven duymak 139
53 Evliyadan Medet İstemek 141
54 10. Bölüm — Korunan İnsan Modeli 143
55 Ruhsal bağışıklık sistemi 144
56 Günlük zikir ve bilinç pratikleri 146
57 Kalp muhafaza planı 148
58 Huzurlu ama güçlü bir mümin olmak 151
59 Korunma Surelerini Vird Edinmek 153
60 Kuran-ı Kerim Okunan Evin Huzuru 155
61 Mühürler, Vefkler ve Tılsım ile Korunma Sağlama 157
62 Doğaltaş İle Manevi Kalkan: Yemek Akiği ve Firuze 159
63 11. Bölüm — Teslimiyetin Zirvesi: "Bizi Sars ama Bırakma" 162
64 Sarsılmak mı yok olmak mı? 163
65 İlahi müdahalenin hikmeti 165
66 Hayra yönelmenin kapıları 167
67 Dua ile inşa edilen güçlü karakter 169
68 SON 172

1

1. Bölüm — Kusurların Örtülmesi: İlahi Settarîyetin Psikolojisi

.

2

Kusurun ifşası mı, terbiyesi mi?

İnsanın kusurla ilişkisi garip bir aynaya bakmaya benzer. Bazen bakmak istemez, bazen baktığında gördüğünü inkâr eder, bazen de gördüğünü başkalarına göstermekten tuhaf bir haz duyar. Oysa kusur, teşhir edilmek için değil, terbiye edilmek için vardır. Çünkü kusur dediğimiz şey, ruhun henüz olgunlaşmamış tarafıdır; düşman değil, eğitilmeyi bekleyen bir çocuktur. Biz onu meydanlarda utandırdıkça büyütürüz, ama şefkatle eğittikçe küçültürüz.

Modern çağ, kusurun ifşasını neredeyse bir erdem gibi sunuyor. İnsanlar başkasının hatasını yakalamayı bir tür ahlaki üstünlük sayıyor. Sosyal ortamlarda, iş yerlerinde, hatta aile içinde bile "yakalamak", "deşifre etmek", "yüzüne vurmak" sıradanlaştı. Oysa bu tavır, kalbi ıslah etmez; sadece egoyu besler. Birinin kusurunu açığa çıkarmak çoğu zaman adalet değil, gizli bir kibirdir. "Ben yapmam, o yaptı" demenin süslü bir yoludur. Böylece kendi karanlığımızı başkasının hatasıyla örtmeye çalışırız.

Hâlbuki terbiyenin dili başkadır. Terbiye, yavaş ve sessizdir. Bağırmaz, ifşa etmez, utandırmaz. Bir bahçıvanın kuru dalı

keserken gösterdiği dikkat gibi, kusura yaklaşır. Dalı koparmaz, kökü sökmez; sadece fazlalığı alır ki ağaç nefes alsın. İnsan ruhu da böyledir. Kusuru bir anda kesip atamazsın. Zorla sökersen, kökle birlikte umut da gider. Sabırla budarsan, yerine hikmet çıkar.

Bir düşün: Çocukken yaptığın hatalar herkesin önünde söylenince mi düzeldin, yoksa biri seni kenara çekip "Bak, bu sana yakışmadı" dediğinde mi utandın? Gerçek dönüşüm çoğu zaman sessiz yaşanır. İnsan kalabalıkta savunmaya geçer, yalnızken yüzleşir. İfşa savunma üretir, terbiye farkındalık üretir. Savunma duvar örer, farkındalık kapı açar.

Kusurun aleni hâle getirilmesi, ruhta iki zehir üretir: utanç ve inat. Aşırı utanç, insanı değersizlik duygusuna iter. "Ben zaten kötüyüm" düşüncesi yerleşir. Bu düşünce, hatayı azaltmaz; aksine artırır. Çünkü kendini kötü gören, iyilik için çaba harcamaz. İnat ise başka bir uçtur. İnsan köşeye sıkışınca kabahati kabul etmek yerine saldırır. "Evet yaptım, ne olmuş?" der. Böylece kusur, terbiyeden çıkar, kimliğe dönüşür.

Terbiye ise insanı suçlu değil sorumlu hissettirir. Suçluluk insanı ezer, sorumluluk ayağa kaldırır. Suçluluk "ben kötüyüm" dedirtir, sorumluluk "yanlış yaptım ama düzeltebilirim" dedirtir. Aradaki fark küçücük görünür ama hayatı değiştirir. Birinde karanlık var, diğerinde umut.

İlahi eğitim tarzına baktığımızda da aynı inceliği görürüz. İnsan nice hatalar yapar ama her hatası anında ifşa edilmez. Nice kusurlarımız başkalarının gözünden saklı kalır. Eğer her yanlışımız görünür olsaydı, kim yüzümüze bakabilirdi? Hangi dostluk ayakta kalırdı? Hangi aile dağılmazdı? Demek ki örtülmek, insan için bir lütuf. Örtülmek, ikinci bir şans demek. "Henüz bitmedin, hâlâ değişebilirsin" mesajı demek.

Bu örtülme hali aslında bir eğitim alanı sunar. Kimse

bilmeden tövbe edebilmek, kimse duymadan pişman olabilmek büyük bir nimettir. Çünkü insan, en sahici dönüşümü seyirci yokken yaşar. Alkış beklemeden yapılan iyilik gibi, gizlice terk edilen bir günah da çok değerlidir. İfşa edilen kusur çoğu zaman toplumsal bir mesele olur; örtülen kusur ise kalple Allah arasında bir sır olur. Sır olan şey daha derindir, daha köklüdür.

Fakat burada ince bir denge var. Kusurun örtülmesi, inkâr edilmesi değildir. Terbiye, görmezden gelmek anlamına gelmez. "Boş ver, herkes yapıyor" demek de bir tür kendini kandırmadır. Hakiki terbiye, önce kusuru dürüstçe kabul etmeyi gerektirir. Kendine karşı şeffaf olacaksın, başkasına karşı merhametli. Ne kendini aklayacaksın ne başkasını teşhir edeceksin. İşte ahlakın olgun hâli tam burada başlıyor.

Kendi kusurunu görmek cesaret ister. İnsan başkasını eleştirirken çok rahattır ama aynaya bakmak ağır gelir. Çünkü ayna yalan söylemez. Fakat insanın asıl yolculuğu başkasını düzeltmek değil, kendini düzeltmektir. Başkasının hatasıyla meşgul olan, kendi yarasını göremez. Sürekli dışarıyı izleyen biri, içindeki çatlağı fark etmez. O çatlak büyür, büyür ve bir gün ruhu ikiye böler.

Bu yüzden hakikat yolunda yürüyenler, önce kendi kusur defterini açar. "Ben nerede yanlış yapıyorum?" sorusunu sık sorar. Bu soru insanı küçültmez, olgunlaştırır. Çünkü insan kusurunu gördükçe yumuşar. Yumuşayan kalp merhametli olur. Merhametli olan da başkasının hatasını bağırarak değil, dua ederek karşılar. "Allah'ım onu da beni de ıslah et" diyebilir.

İfşa kültürü insanı hâkim yapar, terbiye kültürü insanı kul yapar. Hâkim olmak hükmetmektir, kul olmak ise teslim olmaktır. Hükmeden kibirlenir, teslim olan arınır. Kusuru ifşa eden kişi çoğu zaman kendini yukarıda konumlandırır. Terbiye eden ise kendini herkesle aynı seviyede görür. "Ben de

düşebilirim" bilinciyle hareket eder. Bu bilinç, kalbi diri tutar.

Şunu fark etmek gerekir: Kusur insan olmanın bir parçasıdır. Kusursuzluk iddiası şeytani bir vehimdir. İnsan hata yapar, unutur, zayıf düşer. Asıl mesele hatasız olmak değil, hatadan dönmeyi öğrenmektir. Dönüş kapısı ise utançla değil, umutla açılır. Umut veren dil terbiyenin dilidir.

Belki de kendimize şu soruyu sormalıyız: Birinin hatasını gördüğümde niyetim ne? Onu düzeltmek mi, onu küçültmek mi? Eğer içimizde küçücük bir üstünlük hissi varsa, bilmeliyiz ki yaptığımız şey terbiye değil ifşadır. Terbiye, karşıdakini değil önce kendi nefsini hizaya getirir. "Ben olsam ne isterdim?" diye sordurur.

Ruhun onarımı sessizlik ister. Bir yaranın herkesin içinde açılması nasıl acıyı artırırsa, kusurun kalabalıkta konuşulması da kalbi kanatır. Oysa mahremiyet, iyileşmenin en büyük ilacıdır. İnsan, güvenli bir alanda hatasını kabul edebilir. Kendini güvende hissetmeyen kimse dürüst olamaz. Bu yüzden gerçek eğitim, güvenle başlar.

Neticede kusur ya bir utanç malzemesi olur ya da bir olgunluk vesilesi. Aynı hata, birini karartır, diğerini aydınlatır. Fark, ona nasıl yaklaştığımızdadır. İfşa ateştir; yakar. Terbiye sudur; temizler. Ateşle korku büyür, suyla hayat başlar.

İnsan kendine şu duayı fısıldayarak yürümeli: "Rabbim, kusurumu bana göster ama beni insanlara karşı mahcup etme. Beni ıslah et ama kırma. Öğret ama utandırma." Çünkü gerçek değişim, kalbin incinmeden eğitilmesiyle olur. Kusurun terbiyesi işte tam da bu inceliğin adıdır.

3

Allah'ın örtmesi ve kulun utanması

İnsanın en derin ihtiyacı affedilmekten önce örtülmektir. Affedilmek, işlenen bir hatanın silinmesidir; örtülmek ise o hatanın insanın yüzüne çarpılmamasıdır. Biri hukuka benzer, diğeri merhamete. Ve çoğu zaman ruhu ayağa kaldıran şey merhamettir. Çünkü insan en çok teşhir edilmekten korkar. Kalbin en hassas yerinde, "Ya herkes görürse?" endişesi yaşar. İşte tam bu noktada ilahi bir şefkat perdesi iner: Allah örter.

Biz çoğu zaman sadece günahı konuşuruz ama örtülmenin kendisini pek fark etmeyiz. Hâlbuki hayatımızın büyük kısmı örtülmüş hatalarla doludur. Düşüncelerimiz, niyetlerimiz, içimizden geçen karanlık anlar… Eğer hepsi açığa çıksaydı, hangi dostluk ayakta kalırdı? Hangi evlilik sürerdi? Hangi yüz diğerine bakabilirdi? İnsan, başkasının kusurunu gördüğünde hayrete düşüyor ama kendi kusurlarının görünmediğini çoğu zaman unutuyor. Bu unutkanlık bile başlı başına bir lütuf.

Allah'ın "örtmesi" denince kalbimde hep yumuşak bir his uyanır. Sanki bir annenin, çocuğunun düştüğünü görünce etrafına bakıp kimse görmedi mi diye telaşlanması gibi. Düşüşe kızmadan önce mahcubiyeti koruma çabası… İlahi şefkat de

biraz böyle. Önce kulun onuru korunuyor. Çünkü onuru kırılmış bir insanın ayağa kalkması zor. Utancı derinleşen insan, iyileşemez; saklanır.

Tasavvuf büyükleri Allah'ın isimlerinden **Es-Settâr** ismini anlatırken "ayıbı örten, kusuru gizleyen" derler. Bu isim sadece bir sıfat değil, hayatın içinde sürekli işleyen bir rahmettir. Her gün defalarca tecelli eder. Biz fark etmeyiz. Belki bir söz söyleyecekken dilimiz tutulur, belki bir yanlışımız duyulmaz, belki biri tam dedikodu yapacakken konu değişir. Hepsi görünmez bir örtünün parçalarıdır. Bazen korunmak, büyük mucizelerle değil, küçük tesadüflerle olur.

Fakat örtülmek tek başına yeterli değildir. Eğer kul utanmıyorsa, örtülmenin anlamı kalmaz. Çünkü utanma, ruhun alarm sistemidir. Utanma yoksa insan her şeyi yapabilir. Utanma kalbi diri tutar, sınır çizer, "buraya kadar" dedirtir. İşte ilahi örtü ile kulun utanması birbirini tamamlayan iki kanat gibidir. Biri dışarıdan korur, diğeri içeriden.

Utanma duygusu çoğu zaman yanlış anlaşılır. Modern dünyada utanmak zayıflık gibi gösteriliyor. "Kendin ol, boş ver, kim ne derse desin" deniyor. Oysa her şeyi umursamamak olgunluk değil, kalınlaşmadır. Hassasiyetini kaybetmiş kalp kolayca kırar, kolayca kirlenir. Utanmak ise kalbin hâlâ canlı olduğunu gösterir. İnsan ancak değer verdiği şeyi kaybetmekten utanır. Demek ki utanmak, hâlâ Allah'la bağın kopmadığının işaretidir.

Bazen insan kimse görmeden bir hata yapar ama içi sıkışır. Kalbi daralır. Sanki biri görmüş gibi yüzü kızarır. İşte o an çok kıymetlidir. Çünkü bu his, dış denetimden değil iç bilinçten doğar. Orada bir şahit vardır. İnsan, Rabb'inin huzurunda olduğunu hatırlar. Bu hatırlayış tokat gibi değildir; daha çok mahcup bir bakış gibidir. "Sana yakışmadı" diyen sessiz bir

ses…

Aslında utanma, ruhun tövbe kapısını aralayan anahtardır. Utanmayan insan tövbe etmez. Çünkü yanlış yaptığını kabul etmez. Her hataya bir mazeret bulur. Kendini hep haklı çıkarır. Böylece kalbi taşlaşır. Taşlaşmış kalbe nasihat işlemez. Ama utanan insanın kalbi yumuşaktır. Bir sözle erir. Bir duayla ağlar. Bir secdede çözülür. Allah'ın en çok sevdiği dönüşler de belki bu yumuşak kalpten çıkar.

Ne gariptir ki, Allah kulunu örtüyor ama kul bazen kendini ifşa etmeye hevesli. Hatalarını anlatmakla övünen, günahını hikâyeleştiren bir kültür oluştu. "Ben şunu yaptım, bunu yaptım" diye anlatmak sanki cesaretmiş gibi sunuluyor. Hâlbuki bu, ilahi örtüyü yırtmak gibi. İnsan kendi onurunu kendi eliyle açığa çıkarıyor. Oysa mahremiyet, ruhun zırhıdır. Günah bile gizliyken tövbeye daha yakındır. Alenileşince normalleşir.

Burada ince bir denge daha var: Örtülmek rehavete dönüşmemeli. "Nasıl olsa Allah örtüyor" deyip gevşemek, merhameti suistimal etmektir. İlahi örtü, cesaret vermek için değil, toparlanmak için verilmiş bir fırsattır. Bir öğretmenin öğrencisine "Sana son bir şans" demesi gibi… Bu cümle insanı ya ciddileştirir ya da şımartır. Hangisini seçeceğimiz bizim kalbimize bağlı.

Kulun utanması aslında kendini küçültmesi değildir; haddini bilmesidir. Haddini bilen insan huzurludur. Çünkü ne melek olduğunu iddia eder ne de şeytanlaşır. "Ben zayıfım, hataya meyilliyim, Rabbime muhtacım" der. Bu kabul, insanı ağırlaştırmaz; hafifletir. Kibir gider, samimiyet gelir. Samimiyet gelince dua değişir. Artık süslü cümleler kurulmaz. Sadece içten bir "Affet" çıkar.

Bazen düşünüyorum da, Allah bizi her hatamızda rezil etseydi, kim ibadet etmeye cesaret edebilirdi? Herkesin önünde

utandırılmış bir kalp nasıl secdeye varabilirdi? Demek ki önce örtülüyor, sonra çağrılıyoruz. Önce onurumuz korunuyor, sonra tövbeye davet ediliyoruz. Bu davetin içinde hem şefkat hem terbiye var.

İnsanın olgunlaşması belki de şu dengeyi kurmakla mümkün: Allah'ın örttüğünü örtmek, Allah'ın affettiğini affetmek. Başkasının kusurunu yaymamak. Çünkü başkasını ifşa eden, aslında kendi örtüsünü inceltir. Bugün onun ayıbını açan, yarın kendi ayıbının açılmasına hazır olmalı. İlahi sistem çok ince bir adaletle işler. Nasıl davranırsan öyle muamele görürsün.

Kalbim bana şunu fısıldıyor: En güzel insan, hatası en az olan değil; hatasından en çok utanan insandır. Çünkü utanma onu diri tutar. Her gün kendini yoklar. Her gün içini temizler. Her gün "Ben daha iyisini yapabilirim" der. İşte bu hal, ruhun yıkanması gibidir.

Allah'ın örtmesi bir merhamet battaniyesi gibiyse, kulun utanması da o battaniyenin altında ısınan vicdandır. Biri olmadan diğeri eksik kalır. Sadece örtülmek insanı gevşetir, sadece utanmak insanı ezer. İkisi birlikte olunca denge doğar: Hem korunursun hem arınırsın.

Belki de dua şöyle olmalı: "Rabbim, beni ört ama yüzsüz yapma. Beni koru ama duyarsız bırakma. Hatalarımı gizle ama kalbime utanmayı öğret." Çünkü utanmayı kaybeden, yolunu kaybeder. Örtülmeyi hisseden ise eve dönmenin yolunu bulur.

4

Ayıp örtmek: Ruhun onarım süreci

İnsan ruhu kırılgan bir cam gibidir. Dışarıdan bakıldığında sağlam görünür ama küçük bir darbe bile içinde çatlaklar oluşturur. Bu çatlakların çoğu başkalarının sözlerinden, bakışlarından, yargılarından gelir. Hele bir de insanın ayıbı ortaya saçılmışsa… İşte o zaman cam sadece çatlamaz, tuzla buz olur. Çünkü ayıbın kendisi değil, ayıbın ifşası yaralar en çok.

"Ayıp" kelimesi bile içimizde bir sızı uyandırır. Çocukluğumuzdan beri bu kelimeyi duyduğumuzda başımızı eğeriz. Bir mahcubiyet çöker omuzlarımıza. İnsan hata yapabilir, bu fıtridir. Ama ayıbının aleni hâle gelmesi, ruhu savunmasız bırakır. Sanki herkesin ortasında soyunmuş gibi hisseder. İşte bu yüzden ayıp örtmek sadece ahlaki bir davranış değil, aynı zamanda psikolojik bir onarım sürecidir. Bir kalbi koruma ameliyesidir.

Çoğu zaman iyilik deyince aklımıza büyük fedakârlıklar gelir. Oysa bazen en büyük iyilik, bildiğini susmaktır. Gördüğünü yaymamaktır. Birinin hatasını kalbinde gömüp üstüne toprak atmaktır. Bu sessizlik, sandığımızdan çok daha güçlü bir şefkattir. Çünkü insanı utançtan korur. Utançtan korunan

insan ise değişme gücü bulur.

Dikkat ettiysen, bir insan hatası yüzüne vurulduğunda genelde sertleşir. Savunmaya geçer. İnkar eder. Bahane üretir. Çünkü ruh kendini korumaya çalışır. Ama aynı hata merhametle, kimse duymadan söylendiğinde bambaşka bir şey olur. Gözler dolar. Boyun bükülür. "Haklısın" denir. İşte dönüşüm tam orada başlar. Demek ki ayıbı bağırmak değil, örtmek ıslah ediyor.

Tasavvufta sıkça anlatılan bir incelik vardır: Allah kulunu rezil ederek değil, örterek terbiye eder. Bu inceliği anlatırken çoğu gönül ehli **Mevlânâ Celâleddîn-i Rûmî**'nin şu yaklaşımını hatırlatır: "Sevgi kusuru örter." Sevgi varsa teşhir yoktur. Sevgi varsa yargı azalır. Sevgi varsa insan karşısındakini düzeltmek ister, ezmek değil. Çünkü seven, karşısındakinin onurunu kendi onuru gibi görür.

Ayıp örtmek aslında bir tür emanet bilincidir. Çünkü birinin kusurunu gördüğünde, onun mahremiyetine şahit olmuş olursun. Bu şahitlik sana ait değildir; sana emanet edilmiştir. Emaneti ifşa etmek ihanettir. Saklamak ise sadakattir. Ne kadar güvenilir olduğumuz biraz da başkasının sırrını nasıl taşıdığımızla ölçülür.

Ruhun onarımı da burada başlar. Düşünsene, bir hata yaptın ve biri bunu herkese anlattı. Günlerce o utançla yaşarsın. İnsanların yüzüne bakamazsın. Belki o hatayı bırakmak yerine "Zaten herkes biliyor" deyip daha da savrulursun. Ama biri seni koruduysa, arkanda durduysa, hatanı kimseye duyurmadıysa… İçinde bir minnet doğar. O minnet insanı temizler. "Bana güvenen bu insanı hayal kırıklığına uğratmayayım" dersin. İşte bu duygu, terbiyenin en güçlü motorudur.

Ayıp örtmek sadece karşıdakini iyileştirmez; örteni de iyileştirir. Çünkü başkasının kusurunu gizlemek kalbi yumuşatır.

Kibir azalır. İnsan şunu fark eder: "Ben de düşebilirim." Bu farkındalık merhamet doğurur. Merhamet doğunca kalp sertliğini kaybeder. Sert kalp kendine bile fayda vermezken, yumuşak kalp hem kendini hem başkasını ayağa kaldırır.

Ne yazık ki çağımız tam tersini öğretiyor. Dedikodu, ifşa, linç… İnsanlar başkasının hatasıyla eğleniyor. Sanki birinin düşüşü diğerini yükseltiyor gibi. Oysa ruh bu kirli hazla kararıyor. Başkasının ayıbını konuşmak, kalbin içine ince bir is bırakıyor. Fark etmiyoruz ama her dedikodu biraz daha ağırlaştırıyor bizi. Sonra neden huzursuz olduğumuzu anlayamıyoruz.

Hâlbuki ayıp örtmek kalbe ferahlık verir. Çünkü insan iyilik yaptığını bilir. Kimse görmese bile içi rahat eder. Bu rahatlık çok değerlidir. Sessiz bir ibadet gibidir. Kimsenin alkışlamadığı ama Allah'ın bildiği bir amel… Belki de en makbul olanı budur.

Burada ince bir nokta daha var: Ayıp örtmek, kötülüğü normalleştirmek değildir. "Boş ver, sorun yok" demek de değildir. Gerçek örtü, hatayı yok saymak değil, hatayı mahremiyet içinde düzeltmektir. Yani hem merhamet hem sorumluluk. Hem şefkat hem doğruluk. Biri eksik olursa ya gevşeklik olur ya zalimlik.

Bir dost düşün. Hatanı herkesin içinde söylemiyor ama yalnızken omzuna dokunup "Bu sana yakışmadı" diyor. İşte o insan gerçek dosttur. Çünkü seni rezil etmiyor, ama seni kendi hâline de bırakmıyor. Seni korurken büyütüyor. Ayıp örtmenin en güzel şekli belki de budur: Hem örtmek hem rehberlik etmek.

Ruhun onarımı zaman ister. İnsan bir günde değişmez. Ama güvenli bir ortam bulduğunda yavaş yavaş toparlanır. Ayıbı yüzüne çarpılmayan insan kendini savunma ihtiyacı hissetmez. Savunma kalkınca hakikat içeri girer. Hakikat girince tevbe

doğar. Tevbe doğunca ruh temizlenir. Bu zincirin ilk halkası ise çoğu zaman sadece şudur: Birinin susması.

Bazen düşünüyorum, belki de cennetin kokusu biraz da bu dünyada ayıp örtenlerin kalbinde saklıdır. Çünkü onlar insanların utancını hafifletir. İnsanların onurunu korur. Kırılan ruhları sessizce tamir eder. Kimse bilmez ama nice kalp onların sayesinde ayağa kalkar.

İnsan kendine şu soruyu sormalı: "Ben başkasının yarasına tuz mu basıyorum, merhem mi sürüyorum?" Eğer sözlerimiz birini küçültüyorsa, ifşa ediyorsa, alay ediyorsa merhem değiliz. Ama susup koruyorsak, nazikçe uyarıyorsak, dua ediyorsak işte o zaman onarıcıyız.

Ayıp örtmek aslında ruhun marangozluğudur. Kırılan yerleri sessizce yapıştırmak, çatlakları sabırla doldurmak, kimseye göstermeden sağlamlaştırmak… Gürültüsüz bir emek. Fakat en kalıcı tamirat hep böyle yapılır.

Belki de insan olmanın en zarif hâli şudur: Kendi kusurunu büyütmek, başkasının kusurunu küçültmek. Kendine karşı dürüst, başkasına karşı merhametli olmak. İşte o zaman hem kendi ruhun iyileşir hem başkasınınki.

Çünkü bazen bir kalbi iyileştirmek için tek gereken şey, gördüğünü anlatmamaktır. Sadece örtmektir. Ve o örtü, sandığımızdan çok daha güçlü bir şifadır.

5

Kendi kusurunu görmek, başkasının kusurunu örtmek

İnsan başkasına bakarken büyür, kendine bakarken küçülür. Garip ama hakikattir bu. Başkasının hatasını gördüğümüzde içimizde gizli bir üstünlük duygusu kabarır; "Ben olsam yapmazdım" deriz. Fakat kendi kusurumuza baktığımızda omuzlarımız düşer, sesimiz kısılır, kalbimiz yumuşar. İşte insanı olgunlaştıran da bu ikinci bakıştır. Çünkü hakiki terbiye dışarıyı düzeltmekle değil, içeriyle yüzleşmekle başlar.

Çoğumuz hayatı tersinden yaşıyoruz. Gözümüz hep dışarıda. Kim yanlış yapmış, kim eksik kalmış, kim nerede tökezlemiş… Sanki kalbimize görünmez bir büyüteç alıp sürekli başkasının kusurlarını inceliyoruz. Ama aynı büyüteci kendimize çevirince bulanıklaşıyor her şey. Kendimize karşı cömert, başkasına karşı acımasız olabiliyoruz. Oysa hakikat bunun tam tersini öğretiyor: Kendine karşı titiz ol, başkasına karşı merhametli.

Kendi kusurunu görmek kolay bir iş değil. Cesaret ister. Çünkü insan egosunu seviyor. Kendini iyi, haklı, temiz görmek istiyor. Kusurla yüzleşmek bu imajı kırıyor. "Ben sandığım kadar masum değilim" demek ağır geliyor. Fakat işin sırrı tam

burada saklı. İnsan kusurunu fark ettiği an gerçek anlamda insanlaşıyor. Kibir çözülüyor, sahte maskeler düşüyor, kalp yumuşuyor.

Tasavvuf ehli bu hâle "nefsle hesaplaşmak" der. Gün bitince insanın kendine dönüp "Bugün nerede kırdım, nerede bencillik yaptım, nerede haddimi aştım?" diye sorması… Bu sorular insanı küçültmez, aksine derinleştirir. Çünkü kendi karanlığını gören biri başkasının karanlığına taş atmaz. Taş atmaya eli varmaz. "Ben de düşebilirim" der ve susar.

İşte bu susuş çok kıymetlidir.

Kalbin olgunluk seviyesi biraz da başkasının kusuru karşısındaki tavrıyla ölçülür. Eğer hemen konuşuyor, yayıyor, yargılıyor, teşhir ediyorsak henüz yolun başındayız demektir. Ama içimizden bir ses "Sus, bu sana ait değil" diyorsa, işte o zaman ruh incelmiş demektir. Çünkü merhamet kalpte yer bulmaya başlamıştır.

Büyükler hep der ki: "Kendi ayıbını gören başkasının ayıbıyla uğraşamaz." Bu söz sadece ahlaki bir öğüt değil, psikolojik bir hakikat. İnsan gerçekten kendi içini tanısa, başkasına vakit bulamaz. Kendi kalbini temizlemek zaten ömürlük iş. İçimizdeki kibir, haset, riya, öfke, kırgınlık… Hangisini bitirdik ki başkasını düzeltmeye kalkıyoruz?

Bu noktada gönül ehlinin hayatına bakınca derin bir edep görüyoruz. Mesela **Yunus Emre**'nin dili hep yumuşaktır. Kimseyi suçlamaz, kimseyi küçültmez. Çünkü kendini kusursuz görmez. Kendini kusurlu gören biri zaten sert olamaz. Sertlik çoğu zaman gizli bir kibirdir.

Kendi kusurunu görmek insanı tevazua götürür. Tevazu ise merhameti doğurur. Merhamet doğunca başkasının ayıbını örtmek doğal hâle gelir. Zoraki bir ahlak değil, içten gelen bir refleks olur. Tıpkı sevdiğin birinin tökezlediğini görünce

hemen üstünü örtmek istemen gibi… Çünkü sevgi ifşa etmez, korur.

Başkasının kusurunu örtmek aslında bir iyilikten daha fazlasıdır; bir duadır. "Allah'ım, onu utandırma" demektir. "Benim gördüğümü başkaları görmesin" demektir. Bu dua sadece onun için değil, kendimiz için de çalışır. Çünkü bugün örttüğün yarın örtülür. İlahi adalet çok ince işler. Sen nasıl davranırsan öyle muamele görürsün.

Düşünsene, herkes birbirinin ayıbını anlatsaydı nasıl bir dünyada yaşardık? Kimse kimseye güvenemezdi. Herkes tetikte olurdu. Kalpler kapanırdı. Samimiyet ölürdü. Oysa ayıp örtmek toplumu ayakta tutan görünmez bir sütun gibidir. İnsanlar birbirine güvenebiliyorsa, biraz da bu edep sayesindedir.

Burada hassas bir denge var elbette. Kusuru örtmek, kötülüğe ortak olmak değildir. Zulme sessiz kalmak değildir. Ama her hatayı meydanlara taşımak da ıslah değildir. Hikmet gerekir. Kimi zaman uyarırsın, kimi zaman konuşursun, kimi zaman sadece dua edersin. Fakat niyetin asla rezil etmek olmaz. Niyet hep onarmak olur.

Kendi kusurunu görmek insana iç muhasebe kazandırır. Bu muhasebe çok kıymetlidir. Akşam yastığa başını koyduğunda kalbinle konuşursun: "Bugün kimi incittim?" Bu soru insanı terbiye eder. Çünkü başkasını incittiğini fark eden biri, yarın daha dikkatli olur. Böyle böyle ruh olgunlaşır. Sessizce, gösterişsizce.

Ne garip… İnsan başkasının hatasını anlattığında bir anlık haz duyuyor ama sonra içi daralıyor. Dedikodudan sonra gelen o huzursuzluk hissini bilirsin. Çünkü ruh kirleniyor. Ama başkasının ayıbını örttüğünde içe tatlı bir ferahlık geliyor. Kimse bilmez ama sen bilirsin. Kalbin hafifler. Bu hafiflik belki de Allah'ın razı oluşunun küçük bir işaretidir.

Belki de mesele şu kadar basit: Kendine karşı dürüst ol, başkasına karşı nazik ol. Kendini hesaba çek, başkasını yargılama. Kendi kusurunu büyüt, başkasınınkini küçült. Bu dengeyi kuran insan hem huzurlu olur hem güvenilir.

Sonunda şunu anlıyorsun: Asıl mücadele dışarıdaki insanlarla değil, içindeki nefisle. İçini temizlemekle meşgul olanın dili başkasına uzanmaz. Elleri örtmeye alışır, açmaya değil. Kalbi dua etmeye alışır, teşhire değil.

Ve insan yavaş yavaş şu hâle gelir: Kendi kusurunu görünce mahcup, başkasının kusurunu görünce merhametli… İşte olgunluk tam olarak budur. Hem utanabilmek hem koruyabilmek. Hem kendini düzeltmek hem başkasını incitmemek.

Belki de Rabbimize en yakışan dua şudur: "Allah'ım, bana kendi kusurumu göster. Başkasının kusurunu da bana emanet bilinciyle örtmeyi öğret." Çünkü kendini tanıyan kalp yumuşar. Yumuşayan kalp kimseyi kırmaz. Kırmayan kalp ise en güvenli limandır.

6

2. Bölüm — Ya Hafız: Korunmanın Manevi Bilinci

7

Korunma ihtiyacı neden fıtridir?

İnsan dünyaya gözlerini açtığı ilk andan itibaren korunmak ister. Bu istek sonradan öğrenilmez; öğretilmez; içine yerleştirilmiştir. Yeni doğmuş bir bebeğin annesinin göğsüne sokulması, yabancı bir ses duyduğunda irkilmesi, karanlıkta ağlaması… Bunların hiçbiri bilinçli tercihler değildir. Hepsi fıtratın diliyle söylenen tek bir cümlenin farklı hâlleridir: "Beni koru."

Demek ki korunma ihtiyacı, insanın en ilkel değil en asli ihtiyacıdır. Açlıktan önce güvenlik gelir. Sevmeden önce sığınma gelir. Çünkü insan kendini güvende hissetmeden ne öğrenebilir ne sevebilir ne de büyüyebilir. Ruh, ancak emniyet bulduğu yerde açılır. Korku içinde olan kalp sürekli tetiktedir; derinleşemez.

Psikolojide buna "güvenli bağlanma" denir. Çocuk, kendini koruyan bir varlığın yanında dünyayı keşfetmeye cesaret eder. Ama bu mesele sadece psikolojik değil, varoluşsaldır. İnsan yalnızca bedeniyle değil, ruhuyla da korunmak ister. Çünkü dünya sadece fiziksel tehlikelerle dolu değildir; kalbi yaralayan, zihni bulandıran, umudu çalan görünmez saldırılar da vardır.

Kırıcı sözler, haset bakışlar, kötü niyetler, vesveseler… Beden kapıdan giren tehlikeden kaçar ama ruh, görünmeyen darbelerden nereye saklanacağını bilemez.

İşte bu yüzden korunma ihtiyacı fıtridir. Çünkü insan zayıf yaratılmıştır. Gücü sınırlıdır. Her şeyi kontrol edemez. Herkesin niyetini bilemez. Yarını garanti edemez. Böyle bir varlık için korunma talebi lüks değil zorunluluktur.

Aslında insanın içindeki bu korunma hissi, derinlerde bir hakikati fısıldar: "Ben tek başıma yetmem." Bu cümle çok kıymetlidir. Çünkü insanın en büyük yanılgısı kendini yeterli sanmasıdır. Oysa en küçük bir hastalıkta, en ufak bir kazada, en basit bir psikolojik çöküşte ne kadar aciz olduğumuzu hemen fark ederiz. Bir virüs, bir söz, bir kayıp… Bütün düzenimizi altüst edebilir. Bu kadar kırılgan bir varlığın "Ben kendimi korurum" demesi ne kadar gerçekçi olabilir?

Tasavvufun diliyle söyleyecek olursak, korunma ihtiyacı aslında kul olmanın farkına varmaktır. Kul, muhtaç olduğunu kabul eden insandır. Muhtaçlık zayıflık değil, hakikattir. İnsanı Rabbine yaklaştıran en sahici köprüdür. Çünkü ihtiyaç duyduğun kapıya yönelirsin. Kendini güçlü sanan kimse dua etmez. Ama kırılan, korkan, sarsılan insan içinden "Allah'ım beni koru" diye fısıldar. O fısıltı kulluğun en saf hâlidir.

Kur'an'da geçen ilahi isimlerden **El-Hafîz** tam da bu ihtiyaca cevap verir: Koruyan, muhafaza eden, gözeten… Bu isim insanın içindeki en derin boşluğa dokunur. Çünkü insan sadece fiziksel olarak değil; aklını, kalbini, imanını, sevdiklerini de korumak ister. Bedenini sakınabilirsin ama kalbini kimden saklayacaksın? Zihnine düşen vesveseyi nasıl engelleyeceksin? İşte burada beşerî güç yetmez. İlahi muhafaza devreye girer.

Dikkat edersen hayatımızın büyük kısmı görünmez bir korunmayla geçiyor. Nice kazalardan dönüyoruz, nice belalardan

haberimiz bile olmuyor. Bazen bir yere geç kalıyoruz ve sonra anlıyoruz ki belki o gecikme bizi bir felaketten kurtardı. Bazen bir insanla yollarımız kesişmiyor ve yıllar sonra "iyi ki tanışmamışım" diyoruz. Bunların hepsi hayatın içinde sessizce işleyen bir koruma ağı gibi. Çoğunu fark etmiyoruz. Fark etsek belki her gün şükürden başımızı kaldıramayız.

Korunma ihtiyacının fıtri olmasının bir sebebi de insanın "sınırlı bilgi" ile yaşamasıdır. Biz sadece görüneni biliyoruz. Oysa hayatın büyük kısmı görünmeyenle dolu. İnsan bilmediğinden korkar. Bilmediğini kontrol edemez. Kontrol edemediği şeyden korunmak ister. Bu yüzden kalp sürekli bir sığınak arar. Bu sığınak bazen bir insan olur, bazen bir ev, bazen bir dua… Ama en derin sığınak her zaman Allah'tır.

Ne var ki modern insan bu ihtiyacı bastırmaya çalışıyor. "Güçlü ol, kimseye muhtaç olma, kendi ayaklarının üzerinde dur" deniyor. Elbette güçlü olmak güzel ama mutlak bağımsızlık bir yanılsama. İnsanı yalnızlaştırıyor. Kendini koruyamadığında da büyük bir boşluğa düşürüyor. Oysa hakikat daha sade: İnsan korunmaya muhtaçtır ve bu utanılacak bir şey değildir. Bu, yaratılışın gerçeğidir.

Aslında korunma isteği biraz da sevme kapasitemizle bağlantılı. İnsan neyi seviyorsa onun için korkar. Annesi çocuğu için dua eder, "Allah'ım koru" der. Bir eş diğerine "Kendine dikkat et" der. Bu cümlelerin hepsi sevginin başka bir dilidir. Sevgi korumak ister. Koruyamadığı yerde dua eder. Dua edemediği yerde çaresiz kalır. Demek ki korunma ihtiyacı, kalbin canlı olduğunun da göstergesi.

Burada ince bir sır daha var: İnsan dış tehlikelerden korunmak isterken aslında en büyük tehlikenin kendi içinden gelebileceğini fark etmiyor. Öfke, kibir, haset, nefis… Bazen bizi dış düşmandan daha çok yaralayan şeyler bunlar. Bu

yüzden gerçek korunma sadece bedeni değil, kalbi de kapsamalı. Sadece kapıyı kilitlemek yetmez; iç dünyayı da muhafaza etmek gerekir. Çünkü insan çoğu zaman kendinden zarar görür.

Belki de korunma ihtiyacının fıtri olmasının en derin sebebi şudur: İnsan bu dünyaya ait değildir. Burada misafirdir. Misafir olan hep tedirgindir, hep bir sığınak arar. Kalbin tam olarak yerleşememesi, sürekli bir "eve dönme" hissi… Bu da ruhun asıl yurdunu hatırlamasından kaynaklanır. Dünya geçicidir, geçici olan yerde tam güven olmaz. Bu yüzden kalp sürekli daha büyük, daha sağlam bir güvenlik arar. O güvenlik ancak Allah'a yönelince bulunur.

Sonunda insan şunu anlıyor: Korunma ihtiyacı bir zayıflık değil, Rabbine açılan kapıdır. Korkularımız bizi O'na götürür. Aczimiz secdeye yaklaştırır. "Beni koru" diyebilmek aslında en sahici ibadetlerden biridir. Çünkü o cümlede kibir yoktur, rol yoktur, sadece hakikat vardır.

Ve insan kalbinin en derin yerinde şunu fısıldar:

"Ben kendimi koruyamam. Sen koru."

İşte bu teslimiyet, fıtratın en saf hâlidir.

8

İlahi muhafaza nedir?

İnsan hayatının büyük kısmını farkında olmadan korunarak geçirir. Sabah evden çıkar, akşama kadar sayısız ihtimalin arasından yürür; kazalar, hastalıklar, kötülükler, yanlış kararlar, kötü niyetli insanlar… Hepsi ihtimal olarak vardır ama çoğu ona dokunmadan geçip gider. Biz buna "şans" deriz, "tesadüf" deriz, "kurtuldum" deriz. Oysa kalp biraz derinleşince şunu fısıldar: Bu kadar tesadüf fazla değil mi? Belki de adı konmamış bir korunmanın içindeyiz.

İşte ilahi muhafaza tam da budur. Görünmeyen bir şefkat çemberi. Fark etmediğimiz bir emniyet ağı. İnsan sadece kendi tedbirleriyle hayatta kalmaz; çoğu zaman bilmediği bir korumayla ayakta durur.

Muhafaza kelimesi bile sıcak bir his taşır. Sert bir kontrol değil, şefkatli bir gözetimdir. Bir annenin uyuyan çocuğunu gece boyunca kontrol etmesi gibi… Çocuk hiçbir şeyden habersizdir ama korunuyordur. İlahi muhafaza da böyledir. Biz uyurken, dalgınken, hata yaparken bile devam eder. Çünkü Allah'ın koruması bizim uyanıklığımıza bağlı değildir.

Kur'an'da geçen ilahi isimlerden **El-Hafiz**, işte bu hakikati

anlatır: Her şeyi gözeten, koruyan, muhafaza eden. Sadece bedeni değil; kalbi, aklı, imanı, kaderi… Hatta bazen hayallerimizi bile koruyan bir isim. Çünkü insan bazen sahip olduğu şeyleri değil, sahip olamadığı şeyler sayesinde korunur.

Düşünsene, çok istediğin bir iş olmuyor. Üzülüyorsun. Bir ilişki bitiyor, kırılıyorsun. Bir planın bozuluyor. O an "Neden?" diye isyan edesin geliyor. Ama yıllar sonra dönüp baktığında "İyi ki olmamış" diyorsun. İşte ilahi muhafaza bazen vermeyerek korur. Bazen kapıyı kapatarak kurtarır. Bazen yolunu keserek seni daha büyük bir çukura düşmekten alıkoyar. O an kayıp gibi görünen şey, aslında görünmez bir zırhtır.

Biz korunmayı hep "kötülük hiç gelmesin" diye anlıyoruz. Oysa gerçek muhafaza bazen kötülüğün içinden geçerken olur. İnsan bir hastalık yaşar ama o hastalık onu olgunlaştırır. Bir kayıp yaşar ama kalbi yumuşar. Bir sarsıntı geçirir ama yönünü bulur. Demek ki muhafaza sadece fiziksel zarar görmemek değildir; ruhun kaybolmamasıdır. İmanın sönmemesidir. Kalbin kararmamasıdır.

Çünkü insanın başına gelen en büyük felaket dışarıdan değil içeriden olur. Kalbin katılaşması, umudun ölmesi, Allah'tan kopmak… Asıl tehlike budur. İlahi muhafaza çoğu zaman tam da burada devreye girer. İnsan düşerken bile tamamen dağılmaz. İçinde küçük bir ışık kalır. O ışık sönmez. İşte o ışık muhafazadır.

Bazen bunu şöyle hissedersin: En zor zamanında bile içinden tuhaf bir dayanma gücü çıkar. "Ben bunu nasıl atlattım?" dersin. Normalde yıkılman gerekirken ayakta kalmışsındır. İşte o güç sadece sen değilsindir. Orada seni tutan görünmez bir el vardır. İlahi destek çoğu zaman mucize gibi değil, dayanıklılık gibi görünür.

İlahi muhafazanın bir boyutu da yönlendirmedir. Bazen

kalbine bir sıkıntı düşer ve gitmek üzere olduğun yere gitmezsin. Bazen içinden bir his "bunu yapma" der. Sebebini bilmezsin ama vazgeçersin. Sonra anlarsın ki o karar seni büyük bir zarardan korumuş. İşte bu da korunmanın sezgi şeklindeki tecellisidir. Allah bazen kalbe ince bir alarm koyar. Dinleyene rehber olur.

Tasavvuf büyükleri "Kul kendini koruduğunu sanır, aslında korunuyordur" der. Bu söz çok sarsıcıdır. Çünkü egomuz hep kontrolün bizde olduğunu sanıyor. Oysa en basit şeyleri bile biz yönetemiyoruz. Kalbimizin atışını durdurmamayı bile biz başarmıyoruz. Nefes almayı bile unutabiliriz. Bu kadar aciz bir varlığın "Kendimi korurum" demesi ne kadar iddialı…

Gerçek muhafaza, insanın aczini kabul etmesiyle başlar. "Ben yapamam, Sen koru" diyebilmekle. Bu cümle zayıflık değil, hakikattir. Çünkü insanın gücü sınırlı, tehlikeler sınırsızdır. Sınırlı olan, sınırsız olana sığınmak zorundadır.

Burada ince bir sır daha var: İlahi muhafaza her zaman konfor demek değildir. Bazen seni rahatından alır. Çünkü rahatlık bazen gaflet doğurur. İnsan çok güvende hissedince Rabbini unutur. İşte o zaman küçük bir sarsıntı gelir. Bir uyarı. Bir kayıp. Bir kırılma. Bu da bir tür muhafazadır aslında. Kalbin tamamen kopmasını engelleyen bir ikaz. Yani korunmak bazen tutulmak, bazen sarsılmaktır.

Şunu da fark etmek gerekir: İlahi muhafaza sadece bireysel değildir. Sevdiklerimizi de kapsar. Bazen bir annenin duası çocuğunu korur. Bazen bir babanın gözyaşı evladının önündeki belayı geri çevirir. Bazen bir dostun samimi duası senin hiç bilmediğin bir tehlikeyi savuşturur. Dua, ilahi muhafazanın kapısını çalan en saf sestir. Çünkü dua "Ben kendime yetmem" itirafıdır.

Günlük hayatta bunu çoğu zaman fark etmiyoruz. Çünkü ko-

runma sessiz çalışır. Felaketler gürültülüdür, koruma sessiz. Bu yüzden felaketleri hemen hatırlarız ama korumaları unuturuz. Oysa belki de her gün defalarca korunuyoruz. Bilmediğimiz kazalardan, karşılaşmadığımız kötülüklerden, düşmediğimiz çukurlardan…

Biraz dikkatli bakınca insanın kalbi şükürle doluyor. "Demek ki ben sandığımdan daha çok gözetiliyorum" diye düşünüyorsun. Bu düşünce insana yalnız olmadığını hissettiriyor. Koca bir dünyada savunmasız değilmişsin gibi. Sırtını dayayabileceğin bir kudret var.

Belki de ilahi muhafazanın en sade tanımı şudur:

Allah'ın seni senden daha çok düşünmesi.

Sen unutursun, O unutmaz.

Sen dalarsın, O gözetir.

Sen zayıflarsın, O tutar.

Ve insan yavaş yavaş şunu öğrenir: Asıl güvenlik kapı kilitlerinde, duvarlarda, planlarda değil. Asıl güvenlik kalbin Allah'a yaslanmasında. Çünkü O korursa kimse zarar veremez. O bırakırsa kimse koruyamaz.

Bu yüzden bazen sadece şu cümle yeter:

"Ya Rabbi, beni bana bırakma."

İşte ilahi muhafazanın kapısı tam burada açılır.

9

Güvende olmanın iç huzuru

İnsan bazen farkında olmadan sadece huzurun peşinden koşar. Daha çok para kazanayım der, belki rahat ederim diye. Daha iyi bir evim olsun der, belki içim sakinleşir diye. Daha çok sevilmek ister, daha çok kabul görmek ister, daha çok tutunacak şey biriktirir. Fakat bütün bunlara rağmen içinde tarif edemediği bir tedirginlik kalır. Çünkü aradığı şey konfor değil, güvenliktir. Ve güvenlik dışarıda değil, içeride kurulmadıkça hiçbir şey insanı gerçekten rahatlatmaz.

Güvende olmak, insanın ruhunun gevşemesi demektir. Omuzların düşmesi, kalbin kasılmaması, zihnin sürekli "ya olursa" senaryoları üretmemesi… Bir düşün: Kendini tehdit altında hissettiğin bir yerde ne kadar gülebilirsin? Ne kadar derin düşünebilirsin? Ne kadar samimi olabilirsin? İnsan ancak güvende hissederse gerçek hâliyle var olabilir. Aksi hâlde hep bir maske, hep bir savunma, hep bir tetik hâli…

Bu yüzden iç huzurun ilk şartı emniyettir. Emniyet yoksa huzur bir hayaldir.

Çocuklara bak bunu daha net görürsün. Annesinin kucağın-

daki çocuk dünyayı keşfetmeye cesaret eder. Oyuncaklara uzanır, yürümeye çalışır, düşer ama tekrar kalkar. Çünkü arkasında bir "güven limanı" vardır. Bilir ki düşse tutulacak. İşte insan ruhu da büyüse bile aynı kalır. Hâlâ bir liman arar. Hâlâ yaslanacak bir kudret ister. Hâlâ "Ben yalnız değilim" demek ister.

Fakat modern hayat bize sahte güvenlikler sunuyor. Sigortalar, kilitler, kameralar, planlar, garantiler… Elbette gerekli ama hiçbiri kalbin korkusunu tamamen silemiyor. Çünkü insanın korkuları sadece dış dünyadan gelmiyor. Yarın kaybetmekten korkuyoruz, hastalıktan korkuyoruz, yalnızlıktan korkuyoruz, ölümden korkuyoruz, sevdiklerimize bir şey olmasından korkuyoruz. Bunların hiçbirini yüzde yüz kontrol edemiyoruz. Kontrol edemediğimiz yerde de huzur kalıcı olmuyor.

Demek ki gerçek güvenlik maddi değil, varoluşsal bir mesele.

Tasavvufun kalbe dokunan tarafı tam burada başlıyor. İnsan yavaş yavaş şunu fark ediyor: "Ben her şeyi koruyamam. Her ihtimali yönetemem. Her tehlikeyi engelleyemem." Bu fark ediş ilk başta korkutucu gibi durur ama aslında büyük bir rahatlamadır. Çünkü yük omuzlarından düşer. Her şeyi kontrol etmek zorunda olmadığını anlarsın. Kontrol etmeye çalışmak zaten insanı en çok yoran şeydir.

İşte tam bu noktada Allah'ın isimlerinden **El-Mü'min** kalbe başka bir anlamla dokunur: Emniyet veren, güven veren, korkuyu yatıştıran… Bu isim sadece dışarıdaki tehlikeyi uzaklaştırmak değil, içerideki paniği dindirmektir. Çünkü asıl savaş çoğu zaman zihnin içinde kopar.

Güvende hisseden insanın kalbi yumuşar. Kimseye saldırmaz. Kimseyi ezmeye çalışmaz. Sürekli rekabet etmez. Çünkü bir şey kaybedecek korkusu yoktur. İlginçtir, huzurlu insanlar genelde en zararsız insanlardır. Çünkü içleri sakindir. Sakin

kalp başkasına zarar vermez. Tedirgin kalp ise her an tehdit algılar ve savunmaya geçer.

Belki de bu yüzden maneviyatı güçlü insanlarda tuhaf bir dinginlik görürüz. Hayatları sorunsuz değildir. Onlar da hastalanır, üzülür, kaybeder. Ama içlerinde sarsılmayan bir merkez vardır. Fırtına olur ama kökleri yerinden çıkmaz. Çünkü güvenliklerini dünyaya bağlamamışlardır. Dayanakları daha derindir.

Güvende olmanın iç huzuru biraz da teslimiyetle ilgilidir. Teslimiyet yanlış anlaşılıyor; sanki pasiflik gibi. Oysa tam tersi. Teslimiyet, "Ben elimden geleni yaparım ama sonucu Allah'a bırakırım" diyebilmektir. Bu cümle kalbi inanılmaz hafifletir. Çünkü insanı en çok yoran şey sonuçları kontrol etme çabasıdır.

Bir sınava girersin, çalışırsın ama sonucu düşünmekten uykun kaçar. Bir çocuğun olur, büyütürsün ama başına bir şey gelecek korkusuyla için daralır. Birini seversin ama kaybetme ihtimali seni yer bitirir. İşte burada insan ya sürekli kaygıyla yaşayacak ya da kalbini Allah'a emanet edecek. "Ben koruyamam, Sen koru" dediği an iç huzur başlıyor.

Bu cümle kaçış değil, derin bir güven.

Güvende hisseden insan dua ederken bile farklıdır. Panik halinde değil, sükûnetle konuşur. Çünkü bilir ki duyuluyor. Yalnız değil. Sahipsiz değil. Bu his insanı çocuklaştırır biraz. Ama güzel bir çocukluk bu. Yükünü bırakmış bir çocukluk.

Fark etmişsindir, bazen sadece birine yaslanmak bile insanı rahatlatır. Dert aynı derttir ama paylaşınca hafifler. Çünkü yalnızlık azalır. Şimdi düşün: Sonsuz kudrete yaslandığını gerçekten hissedersen kalbin nasıl olurdu? Belki de en derin huzur tam burada saklı.

Güvende olmanın iç huzuru, hayatın problemsiz olması değil; problemlerle birlikte sarsılmamaktır. Dalgaların varlığı değil,

geminin sağlamlığıdır mesele. Kalp Allah'a bağlıysa dalgalar büyüse bile batmazsın. Çünkü içindeki emniyet dış şartlara bağlı değildir.

Sonunda insan şunu anlıyor: Huzur, her şeyin yolunda gitmesi değil; her şey ters gitse bile içinin dağılmaması. Bu da ancak korunuyor olduğunu bilmekle mümkün. Görünmez bir rahmetin içinde yürüdüğünü hissetmekle.

Belki de en sade hâliyle şöyle:

Güvende olmak, Allah'ın seni tuttuğunu hissetmektir.

Tuttuğunu hisseden kalp gevşer.

Gevşeyen kalp huzur bulur.

Huzur bulan kalp de dünyayı daha hafif taşır.

Ve insan ilk kez gerçekten nefes aldığını fark eder.

10

“Senden başka koruyacak yok” demenin teslimiyeti

İnsanın hayatında bazı cümleler vardır; sadece söylenmez, yaşanır. Dil onları telaffuz eder ama asıl ağırlığını kalp taşır. “Senden başka koruyacak yok” cümlesi de böyledir. İlk bakışta bir dua gibi durur, fakat aslında insanın bütün gururunu, bütün kontrol vehmini, bütün sahte dayanaklarını elinden alan bir hakikat itirafıdır. Bu cümleyi gerçekten söyleyebilmek, insanın içindeki son kaleyi de boşaltması demektir.

Çünkü insan kolay kolay “yalnızım ve acizim” demez.

Hep bir şeye tutunmak ister. Paraya, güce, çevreye, akla, planlara, ilişkilere… Kendine görünmez kaleler inşa eder. “Bunlar varken bana bir şey olmaz” diye düşünür. O kaleler yıkılmadıkça da Allah’a tam anlamıyla sığınamaz. Sığınsa bile yarım sığınır. Bir eli duada, diğer eli garantilerde olur. Kalbi ikiye bölünür: biraz Allah’a, biraz dünyaya.

Oysa “Senden başka koruyacak yok” demek, bütün o garantilerden vazgeçmek demektir.

Bu cümle insanın egosuna ağır gelir. Çünkü ego kontrolü sever. Gücü sever. “Ben hallederim” demeyi sever. Halbuki

hayat defalarca gösterir ki insan pek az şeyi halledebilir. En basit şeyleri bile… Bir kalp atışını durdurmamayı bile garanti edemez. Bir sabah sağlıklı uyanacağını bile bilemez. Sevdiği insanları koruyamaz. Kendi zihnini bile her zaman kontrol edemez. Bu kadar sınırlı bir varlığın mutlak güvenlik iddiası aslında sessiz bir aldanıştır.

İşte teslimiyet bu aldanışın kırıldığı yerde başlar.

Tasavvufun diliyle söylersek, kul olmayı kabul ettiğin an başlar. Kul, muhtaç olduğunu bilen insandır. Muhtaçlığını inkâr eden değil, onunla barışan. "Ben yetmem" diyebilen. Bu cümle zayıflık değil, hakikattir. Hatta ruhun en güçlü hâlidir. Çünkü insan en çok kendi gücüne güvendiğinde kırılır; Allah'a güvendiğinde ise ayakta kalır.

Kur'an'da geçen ilahi isimlerden **El-Vekîl**, tam da bu hâli anlatır: Kendisine dayanılan, işleri üzerine alan, kulunu yalnız bırakmayan. "Hasbiyallahu ve ni'me'l-vekîl" denildiğinde aslında şunu söylersin: "Ben bıraktım, Sen tut." Bu bırakış pasiflik değil, derin bir güven eylemidir.

Çünkü gerçek teslimiyet tembellik değildir. İnsan yine çalışır, tedbir alır, kapısını kilitler, ilacını içer. Ama kalben şunu bilir: "Bunlar sadece vesile. Asıl koruyan Sen'sin." İşte fark burada. Vesileye değil, Müsebbib'e güvenmek. Sebebe değil, sebebi yaratana dayanmak.

Ne zaman ki insan sadece sebeplere güvenir, iç huzuru kaybolur. Çünkü sebepler kırılgandır. Para biter, insanlar gider, sağlık bozulur, planlar bozulur. Dayandığın her şey çöktükçe sen de çökersin. Ama dayanağın Allah olursa, dünya değişse bile merkez yerinde kalır. İşte teslimiyetin huzuru buradan gelir.

"Senden başka koruyacak yok" cümlesi aslında bir soyunmadır. Ruhun fazlalıklarından arınmasıdır. İnsan yavaş yavaş

şunu fark eder: Ben ne kadar tutmaya çalışırsam o kadar yoruluyorum. Ne kadar kontrol etmeye çalışırsam o kadar korkuyorum. O zaman bırakayım. Teslim olayım. Kendimi emanet edeyim.

Emanet etmek… Ne güzel kelime.

Bir şeyi emanet ettiğinde artık sürekli kontrol etmezsin. Güvendiğin birine bırakırsın. İçin rahatlar. İşte Allah'a teslimiyet tam olarak böyle bir iç rahatlığıdır. "Artık ben taşımıyorum" hissi. Yükün omuzdan kalbe, kalpten secdeye akması…

Bu teslimiyetin en tatlı tarafı yalnızlığı bitirmesidir. İnsan en çok korunmasız hissettiğinde korkar. Ama gerçekten "Allah benimle" duygusu yerleşince tuhaf bir cesaret gelir. Kalabalıkta da yalnızken de aynı huzur olur. Çünkü yanında insanların olması değil, Allah'ın olması yeterlidir. Bu his insana dimdik bir duruş kazandırır.

Tarihe baktığında bunu en çok Allah dostlarında görürsün. Mesela **Hacı Bayram-ı Veli** gibi gönül erlerinin hayatında garip bir sükûnet vardır. Dünya çalkalanır ama onlar sakin kalır. Çünkü güvenliklerini devlete, servete, kalabalığa bağlamazlar. Dayanakları başka yerdedir. Bu yüzden kaybedecekleri bir şey yok gibidir. Kaygıları az, huzurluları çoktur.

Teslimiyet aynı zamanda korkunun yönünü değiştirir. İnsan artık "insanlardan korkma" hâline gelir. Çünkü bilir ki kimse Allah izin vermeden zarar veremez. Bu bilinç insanı özgürleştirir. Başkasının bakışıyla yaşamaz. Sürekli tetikte olmaz. Kalbi daha hafif atar. Daha samimi olur. Daha gerçek olur.

Belki de en derin huzur, "Ben kendimi korumak zorunda değilim" diyebilmektir.

Bu cümle ilk başta ürkütücü gibi gelir ama aslında çok şefkatlidir. Çünkü insan kendini korumaya çalışırken çok yoruluyor. Sürekli hesap, sürekli tedbir, sürekli korku… Oysa

teslimiyetle birlikte kalp dinlenmeye başlıyor. Bir çocuk gibi… Annesinin elini tutmuş bir çocuk gibi… Yolu bilmese bile korkmuyor.

"Senden başka koruyacak yok" demek işte tam bu el tutuşu.

Hem acziyet hem güven.

Hem küçülmek hem huzur bulmak.

Hem bırakmak hem korunmak.

Sonunda insan şunu fark ediyor: Asıl güvenlik güçlü olmakta değil, güçlü olana yaslanmakta. Asıl huzur her şeyi kontrol etmekte değil, her şeyin Allah'ın kontrolünde olduğunu bilmekte.

Ve kalp yavaşça şöyle dua ediyor:

"Ya Rabbi, beni Sana bırakabilmeyi öğret. Çünkü Sen tutarsan düşmem."

11

3. Bölüm — Şeytanın Hileleri ve Zihinsel Tuzaklar

12

Vesvese nedir, nasıl işler?

Vesvese, insan zihninde beliren sıradan bir düşünceden farklıdır. Her insan düşünür, hayal kurar, şüphe eder, sorgular. Bunlar zihnin doğal faaliyetleridir. Vesvese ise doğal düşünce akışının ötesine geçerek insanın iç huzurunu bozan, tekrar eden, kişiyi kendine karşı güvensizliğe sürükleyen ve çoğu zaman irade dışı şekilde zihne hücum eden telkinler bütünüdür. Bu nedenle vesvese sadece "kötü bir fikir" değil; psikolojik, ahlâkî ve manevî boyutları olan karmaşık bir iç süreçtir.

Kelime kökeni Arapça "vesvese"den gelir ve fısıltı anlamını taşır. Bu fısıltı yüksek sesle bağırmaz; aksine çok sessizdir. O kadar sessizdir ki çoğu zaman insan onu kendi düşüncesi zanneder. Asıl tehlikesi de buradadır. İnsan dışarıdan gelen bir düşmana karşı savunma geliştirir, fakat içeriden konuşan bir sesle mücadele etmek çok daha zordur. Çünkü kişi "Bu gerçekten ben miyim, yoksa bana ait olmayan bir telkin mi?" sorusunun cevabını ayırt etmekte zorlanır.

İslâmî literatürde vesvese çoğu zaman **Şeytan** ile ilişkilendirilir. **Kur'an-ı Kerim**'de özellikle **Nâs Suresi** bu süreci "insanların göğüslerine vesvese veren sinsi fısıldayıcı" şeklinde

tasvir eder. Buradaki "sinsi" ifadesi çok öğreticidir: Vesvese açık saldırı değildir, gizli nüfuzdur. Zihne zorla girmez; zayıf bir kapı arar. Korkular, suçluluklar, travmalar, belirsizlikler bu kapılardır.

Vesvesenin işleyişi genellikle üç aşamalıdır. İlk aşama telkindir. Zihne aniden bir düşünce düşer: "Ya yanlış yaptıysan?", "Ya abdestin olmadıysa?", "Ya seni kimse sevmiyorsa?", "Ya Allah seni affetmezse?" Bu düşünce çoğu zaman mantıksızdır, fakat duygusal olarak güçlüdür. İkinci aşama dikkattir. Kişi bu düşünceyi önemser, onunla tartışmaya başlar. "Acaba doğru mu?" diye zihinsel enerji verir. İşte vesvesenin beslendiği yer burasıdır. Üçüncü aşama ise tekrar ve alışkanlıktır. Düşünce her gün gelir, kişi her gün onunla uğraşır ve sonunda zihinde bir döngü oluşur. Böylece vesvese geçici bir fısıltı olmaktan çıkar, kalıcı bir zihinsel gürültüye dönüşür.

Bu mekanizma modern psikolojide de karşılığını bulur. Özellikle obsesif düşünce kalıpları ve anksiyete döngüleriyle benzerlik gösterir. İnsan bir düşünceden korktukça, beyin o düşünceyi "önemli" olarak kodlar ve daha sık üretir. Yani kaçmaya çalıştıkça daha çok yakalanır. Bu yüzden vesvese ile doğrudan kavga etmek çoğu zaman ters etki yapar. Sürekli kontrol etmek, tekrar tekrar emin olmaya çalışmak, zihni daha da yorar.

Dini pratiklerde görülen vesveseler bunun tipik örneğidir. Kişi abdest alır ama "tam yıkamadım" diye tekrar eder. Namaz kılar ama "eksik okudum" diye baştan başlar. Temizlenir ama "kir kaldı" diye rahatlayamaz. Bu davranışlar başlangıçta titizlik gibi görünür, fakat aslında güvensizliğin belirtisidir. İbadetin ruhu olan huzur kaybolur, yerini kaygı alır. Böylece vesvese kişiyi ibadetten soğutacak bir tuzağa dönüşür. Yani şeytanî

telkin, ibadeti artırıyor gibi görünse de aslında ibadetin neşesini çalar.

Vesvesenin bir diğer alanı ahlâkî ve duygusal alandır. İnsan bazen kendi karakterinden şüphe eder. "Ben kötü biriyim", "İçim temiz değil", "Herkes benden daha iyi" gibi düşünceler zihni kemirir. Bu tür telkinler kişiyi değersizlik duygusuna sürükler. Oysa sağlıklı pişmanlık ile vesvese arasında fark vardır. Pişmanlık öğretir ve iyileştirir; vesvese ise suçluluğu sürekli canlı tutarak insanı felç eder. Biri hareket kazandırır, diğeri durdurur.

Burada önemli bir ayrım ortaya çıkar: Vicdan ile vesvese aynı şey değildir. Vicdan nettir ve ölçülüdür. "Yanlış yaptın, düzelt" der ve susar. Vesvese ise asla susmaz. Sürekli konuşur, sürekli şüphe üretir. Vicdan iyileştirir, vesvese tüketir. Bu farkı ayırt etmek ruh sağlığı açısından belirleyicidir.

Vesvesenin güç kazanmasının temel sebebi insanın mutlak kesinlik arzusudur. İnsan her şeyden yüzde yüz emin olmak ister. Oysa hayat belirsizliklerle doludur. Din de hayat da makul kanaatle hareket etmeyi öğretir, mutlak garantiyle değil. "Ya şöyleyse?" sorusu sonsuzdur. Eğer insan her ihtimali kapatmaya çalışırsa asla yaşayamaz. Vesvese tam da bu sonsuz ihtimal kapısından içeri girer.

Bu nedenle vesveseden korunmanın yolu çoğu zaman paradoksaldır: Üzerine gitmemek. Tartışmamak. Her düşünceyi ciddiye almamak. Zihne gelen her şeyi "ben" sanmamak. Düşünceyi bırakıp davranışa odaklanmak. Çünkü vesvese ilgiyle büyür, ihmalle söner.

Manevî gelenekte buna "aldırmamak" denir. Mesela abdest aldıysan, şüphe gelse bile tekrar etmezsin. Namaz kıldıysan, kurcalamazsın. Çünkü kesinlik aramak vesveseyi besler. Güvenmek ise onu zayıflatır. Bu güvenin temeli de ilahi koruma

bilincidir. İnsan kendi zihninin bekçisi olmaya çalıştıkça yorulur; fakat Allah'a dayanmayı öğrendiğinde iç rahatlığı artar.

Burada ilahî isimlerden **El-Hafîz** anlamlıdır: Koruyan, muhafaza eden. Bu isimle düşünmek, "Ben zihnimi tek başıma korumak zorunda değilim" hissi verir. Vesvese karşısında en etkili psikolojik zırh budur. Çünkü korku azaldıkça telkin gücünü kaybeder.

Ayrıca bedenî ve psikolojik faktörler de göz ardı edilmemelidir. Uykusuzluk, stres, yalnızlık, aşırı mükemmeliyetçilik ve bastırılmış kaygılar vesveseyi artırır. Yani vesvese sadece manevî bir mesele değil, bütüncül bir insanlık hâlidir. Sağlıklı rutinler, düzenli uyku, sosyal destek ve gerektiğinde profesyonel yardım bu döngüyü kırmada son derece etkilidir.

Sonuçta vesvese insanın düşmanı gibi görünse de aslında bir işaret fişeğidir. İçteki güvensizliği, korkuyu ve kontrol arzusunu gösterir. İnsan bu sinyali doğru okursa olgunlaşır. Yanlış okursa kendine savaş açar. Bu yüzden vesvese ile mücadele etmek, onu yok etmeye çalışmak değil; onun oyununu anlamakla başlar.

Zihne gelen her düşünce sen değilsin.

Her şüphe hakikat değil.

Her korku gerçekleşecek değildir.

Bazen en güçlü tavır, "Bu sadece bir fısıltı" deyip yoluna devam etmektir. Çünkü vesvese konuşur; fakat sen dinlemezsen susar.

13

Modern çağda şeytanın yeni maskeleri

Modern çağda kötülük artık eskisi gibi karşımıza çıkmıyor. Kimse kapımızı çalıp "Ben senin düşmanınım" demiyor. Hiçbir tuzak "tuzak" tabelasıyla gelmiyor. Her şey cazip, parlak, mantıklı ve hatta faydalı gibi görünüyor. Belki de çağımızın en büyük aldanışı bu: Kötülük çirkin görünmüyor artık. Tam tersine, estetik, hızlı, konforlu ve ikna edici.

Eskiden insan şeytanı dışarıda bir varlık gibi hayal ederdi. Karanlıkta bekleyen, günaha çağıran bir figür… Oysa bugün kötülük çok daha sofistike. Daha zeki. Daha psikolojik. Daha içerden konuşuyor. Bu yüzden modern insan çoğu zaman düşmanıyla savaşmıyor bile; onu "kendisi zannediyor".

Tasavvuf ehli hep şunu söyler: **Şeytan** doğrudan zorlamaz, sadece süsler. Hakikati bozmaz, algıyı bozar. Günahı "günah" diye sunmaz, "ihtiyaç" diye sunar. İşte modern çağ, bu süsleme sanatının zirveye çıktığı bir dönem.

Artık vesvese kulakla değil, ekranla geliyor.

İnsanın zihnine fısıldayan şey sadece iç ses değil; reklamlar, algoritmalar, akımlar, trendler… Sürekli "daha fazlasını istemelisin" diyen bir sistem var. Daha güzel ol, daha zengin

ol, daha görünür ol, daha beğenil. Yetinme. Durma. Yavaşlama. Hep eksiksin. Hep geridesin. Hep başkası senden daha mutlu.

Bu telkinin kendisi başlı başına modern bir vesvesedir.

Çünkü şeytanın en eski yöntemi kıyaslatmaktır. Âdem'e secde etmeyişi bile kıyas yüzündendi: "Ben ondan üstünüm." Bugün aynı hastalık sosyal hayatın merkezine yerleşti. İnsan artık kendini Allah'a göre değil, başkasına göre değerlendiriyor. Kalbin kıblesi kayıyor. Rıza yerine rekabet geliyor. Şükür yerine hırs.

Sosyal medya bunun en görünür maskelerinden biri. İnsanlar hayatın en parlak anlarını sergiliyor, en kırık yerlerini saklıyor. Sen ise sadece vitrini görüyorsun. Sonra kendi mutfağını o vitrinle kıyaslıyorsun. "Herkes mutlu, bir ben eksik" diyorsun. Oysa gördüğün şey hakikat değil, kurgulanmış bir sahne.

Şeytan burada günahı "isyan" diye sunmuyor. "Kendini geliştir", "daha iyisini hak ediyorsun", "kimseye bağlı kalma" diyor. Cümleler doğru gibi, fakat merkezinde Allah yok. İşte tehlike burada başlıyor. Hakikatten kopuk doğrular, insanı yavaş yavaş içten çökertiyor.

Modern maskelerden biri de aşırı meşguliyet.

İnsan hiç durmuyor. Sürekli bir koşturmaca. Sürekli bir bildirim. Sürekli bir yetişme telaşı. Sessizlik kalmadı. Tefekkür kalmadı. İç konuşma kalmadı. Kalp kendi sesini duyamıyor. Böyle bir zihin Allah'ı nasıl hatırlasın?

Şeytan bazen günah işletmez; sadece oyalatır.

Saatlerce anlamsız kaydırmalar, bitmeyen diziler, boş sohbetler, gereksiz tartışmalar… Bunların çoğu haram değil belki. Ama kalbi uyuşturuyor. İnsanı hakikatten uzaklaştırıyor. Zamanı çalıyor. En büyük kayıp bazen işlenen kötülük değil, ertelenen iyililiktir.

Bir diğer maske, "sınırsız özgürlük" fikri.

Modern dünya kulağa hoş gelen bir cümle fısıldıyor: "Kimseye hesap vermek zorunda değilsin." İlk bakışta bu çok çekici. Fakat insan hesap bilinci olmadan yaşadığında sorumluluğunu kaybeder. Sorumluluk kaybolunca da anlam kaybolur. Anlam kaybolunca ruh boşluğa düşer. O boşluğu da tüketimle doldurmaya çalışır.

Daha çok alışveriş, daha çok haz, daha çok deneyim…

Fakat kalp doymuyor.

Çünkü kalp maddeyle değil, mânâ ile beslenir.

Şeytanın modern maskelerinden biri de "aşırı rasyonellik"tir. Her şeyi sadece akılla ölçmek, görünmeyeni inkâr etmek, kalbi küçümsemek… Bu da başka bir tuzak. İnsan sadece etten kemikten ibaretmiş gibi yaşadığında ruhunu ihmal eder. Ruh ihmal edilince iç huzursuzluk başlar. Sonra insan sebebini bilmeden sıkılır, daralır, anlamsızlık hisseder.

Bu boşluğu da yine dünya ile kapatmaya çalışır.

Böylece kısır döngü oluşur.

Halbuki mesele inançsızlık değil bazen; ilgisizliktir. İnsan Allah'ı inkâr etmiyor belki ama unutuyor. Gün içinde aklına hiç getirmiyor. İşte şeytanın en sevdiği hâl bu: Unutkanlık. Çünkü hatırlayan kalp korunur, unutan kalp savunmasız kalır.

Bir başka maske de "iyi niyetli günah"tır.

"Kalbim temiz",

"Kimseye zarar vermiyorum",

"Önemli olan niyet"…

Bu cümleler kısmen doğru olsa da sorumluluğu iptal etmek için kullanıldığında tehlikeli hâle gelir. İnsan kendini sorgulamamaya başlar. Nefsi temize çıkarır. Hatasını kabul etmez. En tehlikeli körlük de budur zaten: Karanlıkta olmak değil, aydınlıkta olduğunu sanmak.

Modern çağın şeytanı insanı isyana sürüklemekten çok,

gaflete sürüklüyor. Çünkü gaflet daha sessiz bir düşüştür. Kişi düştüğünü bile fark etmez.

Peki çözüm ne?

Her çağın tuzağı farklı olabilir ama korunma yolu aynı kalır: bilinç.

İnsan gün içinde kendine sormalı:

"Şu an yaptığım şey kalbimi diri mi tutuyor, uyuşturuyor mu?"

"Bu karar beni Allah'a yaklaştırıyor mu, uzaklaştırıyor mu?"

"Ben gerçekten ihtiyacım olduğu için mi yapıyorum, yoksa sadece sürükleniyor muyum?"

Bu sorular kalbin pusulasıdır.

Ayrıca yavaşlamak gerekir. Sessizlikle dost olmak. Telefonsuz anlar, yalnız tefekkürler, bilinçli zikirler… Çünkü şeytan gürültüyü sever, hakikat sessizlikte duyulur.

Kalp Allah'ı hatırladığında maskeler düşer. Parlak görünen şeylerin ne kadar geçici olduğu anlaşılır. İnsan bir anda uyanır: "Beni meşgul eden şeylerin çoğu aslında gerekli değilmiş" der.

O zaman dünya yerli yerine oturur. Ne düşman olur ne ilah. Sadece bir imtihan sahası olur.

Modern çağ değişebilir, araçlar değişebilir, tuzaklar şekil değiştirebilir. Fakat hakikat değişmez: Şeytan hep süsleyecek, kalp hep aldanmaya meyilli olacak. Bu yüzden uyanıklık bir defalık değil, günlük bir ibadettir.

Her sabah kalbi yeniden korumak gerekir.

Çünkü en tehlikeli maskeler, düşman gibi değil dost gibi gelenlerdir.

14

Düşünceyi koruma sanatı

Düşünce, kalbin kapısıdır. Oraya ne girerse içeriye o yayılır. Kimi zaman bir fikir gelir, masum görünür; kimi zaman bir cümle, "Sadece düşünüyorsun işte" diye fısıldar. Ama düşünce öyle bir şeydir ki, tutulmazsa niyete, niyet tutulmazsa harekete dönüşür. Bu yüzden düşünceyi korumak, aslında kaderimizin yönünü korumaktır. Biz çoğu zaman dışımızdaki kötülüklerden korkarız; oysa içimizde başıboş dolaşan düşünceler, en sinsi kapıdır.

Şeytanın hilesi çoğu zaman bağırmaz; ikna eder. "Bir kereden bir şey olmaz" der, "Herkes böyle" der, "Sen de haklısın" der. Düşünceyi savunmasız yakaladığı anda ona küçük bir zehir bırakır. Bu yüzden düşünceyi korumak, her geleni kovmak değildir; her geleni tanımaktır. Kapıyı açmadan önce kim olduğunu sormaktır. Bu düşünce beni Allah'a yaklaştırıyor mu, yoksa içimdeki karanlığı mı besliyor? Bu soru, zihnin kilididir.

Modern zamanlarda düşünce daha çok saldırı altındadır. Çünkü görüntü var, hız var, karşılaştırma var. Başkasının hayatını izleyerek kendi kalbini küçümseyen bir zihin oluştu. Oysa düşünce, kendini kıyaslamak için değil, yönünü bulmak

içindir. Kıyas, çoğu zaman nefsin aynasıdır; hakikatin değil. Düşünceyi korumak demek, her gördüğünü gerçek sanmamak, her duyduğunu hakikat zannetmemektir. Kalbin filtresini açık tutmaktır.

Düşünceyi muhafaza etmenin en güçlü yolu zikirdir. Çünkü zikir, zihni susturmaz; yönlendirir. Boşluğu doldurur. Boş kalan zihin, vesvesenin oyun alanıdır. "Ya Hafız" demek sadece korunmak istemek değildir; düşüncemi sana emanet ediyorum demektir. Ben her şeyi kontrol edemem ama düşüncemi sana bağlayabilirim. İşte teslimiyet, burada başlar: Zihnimi senin gözetimine bırakıyorum demekte.

Bir de düşünceyle kavga etmeyi bırakmak gerekir. Gelen düşünceyle savaşmak, onu büyütür. Onu fark edip, yönünü değiştirmek gerekir. Bir nehir gibi… Suyu durduramazsın ama yatağını değiştirebilirsin. Olumsuz bir düşünce geldiğinde, onu doğrudan kovmak yerine, hayırlı bir düşünceyle yer değiştirmek bir terbiyedir. "Ben değersizim" diyene, "Rabbim beni yarattı, bu yeter" diye cevap vermektir.

Düşünceyi koruma sanatı, her gün yapılan küçük ibadet gibidir. Sabah niyetini temiz tutmak, gün içinde zihni toparlamak, gece iç muhasebe yapmak… Bunlar büyük işler değildir ama büyük etkiler bırakır. Çünkü insan en çok kendi zihninde yorulur. Zihni huzura alıştıran, kalbi de huzura alıştırır. Ve kalbi huzura alışan, kötülüğe eskisi kadar açık kapı bırakmaz.

Düşünce korunursa kalp korunur, kalp korunursa hayat korunur. Dışarıdan gelen her şeye karşı kalkanımız olmayabilir ama içerden geçenleri seçebiliriz. Bu bir güçtür. Sessiz, gösterişsiz ama derin bir güç… Ve insan en çok bu güce muhtaçtır. Çünkü insanın en büyük savaşı, çoğu zaman kimseyle değil, kendi zihniyledir.

15

Kalbi muhafaza etmenin günlük pratikleri

Kalp, ihmal edildiğinde en çabuk kirlenen yerdir. Ama bakıldığında da en çabuk toparlanan… Günlük pratik dediğimiz şey büyük ritüeller değil; küçük ama sürekli dokunuşlardır. Sabah uyanınca telefona değil, kalbine bakarak güne başlamak mesela. "Bugün kalbimi neye açacağım?" diye sormak. Çünkü kalp, yön verilmezse yönsüz yaşar. Yönsüz kalan kalp, her esintiye kapılır.

İlk pratik: Niyet temizliği. Her işe başlarken "Bunu niçin yapıyorum?" sorusunu sormak. Sırf beğenilmek için mi, korkudan mı, gerçekten hayır olsun diye mi? Kalp en çok niyetten beslenir. Niyet bulanıksa, amel yorucu olur. Niyet berraksa, yük hafifler. Bu yüzden kalbi korumanın en sessiz yolu, niyeti sık sık yıkamaktır.

İkinci pratik: Dili korumak. Çünkü dil, kalbin dışarıya açılan kapısıdır. Kalp bozuldu mu önce söz bozulur. Gün içinde birine laf sokmak, dedikodu yapmak, küçümsemek… Bunlar kalpte iz bırakır. İnsan bazen "Ben sadece konuştum" sanır ama kalp "Ben biraz karardım" der. Kalbi muhafaza etmek isteyen,

sözünü de muhafaza etmeyi öğrenir.

Üçüncü pratik: Göz terbiyesi. Kalp en çok gözden yorulur. Kıyasladığı hayatlar, imrendiği sahneler, küçümsediği insanlar… Her bakış kalpte bir iz bırakır. Her şey izlenmez, her şey takip edilmez, her şey merak edilmez. Bu bir yasakçılık değil, kalp sağlığıdır. Nasıl mide her şeyi kaldırmazsa, kalp de her görüntüyü taşıyamaz.

Dördüncü pratik: Gün içinde kısa duraklar. Bir dakikalık iç sessizlikler… "Şu an ne hissediyorum?" diye sormak. Kırgın mıyım, kibirli miyim, aceleci miyim? Kalp fark edilmezse sertleşir. Fark edilirse yumuşar. Bu küçük duraklar, kalbin nabzını tutmaktır. Kalbin nabzını tutan insan, manevi tansiyonu yükselmeden müdahale eder.

Beşinci pratik: Affı geciktirmemek. Kin kalpte birikir, taşlaşır. "Haklıyım" duygusu kalbi korumaz; çoğu zaman sertleştirir. Affetmek unutmak değildir, zehri boşaltmaktır. Affeden, karşısındakini değil, kendi kalbini kurtarır. Kalp, yük taşımak için değil, nur taşımak için yaratılmıştır.

Altıncı pratik: Zikirle kalbi hatırlatmak. Kalp unutkandır. Dünyaya daldıkça yönünü şaşırır. Zikir, kalbe yön tabelası gibidir. "Neredeyim?" sorusunun cevabıdır. Çok uzun olması gerekmez; ama samimi olması gerekir. Kalp, ses tonundan çok yönü tanır. İçten gelen bir "Ya Hafız" bazen saatlerce yapılan ibadetten daha derin iz bırakır.

Yedinci pratik: Gece muhasebesi. Gün bitince kalbe dönüp sormak: "Bugün kimi kırdım? Nerede kendimi büyüttüm? Nerede Rabbimi unuttum?" Bu sorgulama kendini yermek için değil, kalbi yıkamak içindir. Kalp her gün biraz temizlenmezse, yarın daha zor temizlenir.

Kalbi muhafaza etmek, onu cam fanusa koymak değildir. Hayatın içinde ama kirlenmeden yürütmektir. Toz gelir, çamur

sıçrar, rüzgâr eser… Ama insan silmeyi ihmal etmezse, kalp yine parlar. Çünkü kalp yaratılıştan temizdir; kir sonradandır. Ve her kir, tevbe suyu ile çıkar.

Kalp korunursa, düşünce sakinleşir. Düşünce sakinleşirse, davranış yumuşar. Davranış yumuşarsa, kader bile sert gelmez. Kalbi muhafaza etmek, aslında hayatı muhafaza etmektir. Ve bu sanat, büyük sözlerle değil, küçük ama sadık adımlarla öğrenilir.

16

4. Bölüm — Nazar ve Haset: Görünmeyen Enerjiler

Haset, insanın başkasında gördüğü nimeti seyredememesidir. Sadece kıskanmak değildir; içten içe "onda olmasaydı" demektir. Bu duygu sessizdir ama kemiricidir. Dışarıdan belli olmaz, içeride çalışır. Haset eden kişi, başkasının hayatıyla meşgul olurken kendi kalbini ihmal eder. İşte çürüme tam burada başlar: İnsan kendi bahçesini sulamayı bırakıp komşunun çiçeğine bakmaya başlar.

Haset ruhu çürütür çünkü şükürle zıt çalışır. Şükür "bende olana bak" der, haset "onda olana bak" der. Biri kalbi genişletir, diğeri daraltır. Haset eden insanın iç dünyası zamanla karanlıklaşır. Çünkü sevinememeye alışır. Başkasının mutluluğu ona yük olur. Kalp, sevinç üretmeyen bir makineye döner. Bu da ruhun doğal akışını bozar.

Bir başka çürüme noktası adalet duygusundadır. Haset, insana gizlice "hayat adil değil" dedirtir. Oysa asıl cümle şudur: "Benim payımı unutuyorum." Haset, insanı Rabbine karşı içten içe itirazkâr yapar. Dil şikâyet etmese bile, kalp sızlanır. Kalpteki bu itiraz, zamanla teslimiyeti aşındırır. Teslimiyet

aşındıkça huzur çekilir, geriye sadece kıyas kalır.

Haset, insanı gizli bir düşmanlığa sürükler. Dışarıdan gülümsersin ama içinde bir daralma vardır. Başkasının başarısı sana kendi eksikliğini hatırlatır. Oysa her nimet bir imtihandır; kimi bollukla, kimi yoklukla sınanır. Haset eden kişi bunu göremez. Hayatı tek bir pencereden izler. O pencere de çoğu zaman başkasının hayatıdır.

Ruhun çürümesi burada hızlanır: İnsan kendi yolundan sapar. Kendi istidadını unutup, başkasının kaderine özenir. Bu, eline yanlış anahtar almaya benzer. Hiçbir kapıyı açamazsın, sadece kilitleri zorlarsın. Zorlanan her kilit, kalpte bir çatlak bırakır. O çatlaklardan da huzur sızar gider.

Haset, insanı gizlice yorar. Çünkü sürekli bir karşılaştırma hâlindedir. Sürekli eksik hisseder. Sürekli geride kalmış gibi yaşar. Oysa insanın ruhu, yarışmak için değil; kemale yürümek için yaratılmıştır. Haset ruhu yarış pistine sokar. Orada dinlenmek yoktur, doymak yoktur, durmak yoktur.

Şifa, başkasının nimetine bakınca "Allah ona verdiği gibi bana da benim ihtiyacım olanı verir" diyebilmektir. Bu bir ahlak eğitimidir. Kalbi terbiye etmektir. Haset, bakışı bozduğu için ruhu çürütür. Şükür ise bakışı düzeltir. Bakış düzelince, iç dünya da toparlanır.

Haset başkasına zarar vermez, önce sahibini kemirir. Çünkü zehir, en önce taşıyan kabı eritir. Kalp, sevinçle beslenir; kinle değil. Başkasının nimeti seni daraltıyorsa, sorun nimette değil, bakıştadır. Ve bakış düzeltilmezse, ruh zamanla nefessiz kalır.

17

Nazarın psikolojik ve manevi boyutu

Nazar sadece "bakış" değildir; insanın iç hâlinin, taşıdığı enerjinin başka bir insana tesir etmesidir. Yani göz sadece araçtır, asıl etki kalpten ve ruhtan çıkar. İnsan iç dünyasında ne taşıyorsa, onu karşısındakine akıtır. Sevinç taşıyorsa ferahlık, haset taşıyorsa daralma gider. Nazar tam olarak bu geçiştir: Bir ruh hâlinin başka bir ruha değmesi.

İnsanın enerjisi sabit değildir. Duygularımızla şekillenir. İçinde eksiklik, öfke, kıyas ve haset taşıyan bir insan baktığında, o hâl karşı tarafa yük olur. Bu bilinçli olmak zorunda da değildir. Kişi "zarar vereyim" diye bakmaz çoğu zaman. Ama içindeki dengesizlik, bakışla birlikte dışarı sızar. Nazarın tehlikesi de buradadır: Kasıt aramaz, hâl arar. Hâl bozuksa, etki bozuk olur.

Bu yüzden nazar, sadece psikolojik bir mesele değil, aynı zamanda ruhsal bir aktarım meselesidir. Bir insanın enerjisi zayıfsa, koruması düşükse, dışarıdan gelen sert bir hâl onu daha kolay etkiler. Tıpkı bağışıklığı düşük bedenin hastalığı kolay alması gibi… Ruhun da bağışıklığı vardır. Zikir, şükür, teslimiyet ve edep bu bağışıklığı güçlendirir.

Nazarın tesiri bazen bedende görünür, bazen ruhta. Sebepsiz

halsizlik, ani moral çöküşü, işler yolundayken durduk yere tıkanma… Her şey nazardır demek hastalıktır ama nazarı yok saymak da körlüktür. Çünkü insan sadece maddeden ibaret değildir. Enerji dediğimiz şey, kalbin taşıdığı hâldir. O hâl de boşlukta kalmaz, dolaşır.

Burada asıl mesele şudur: Nazar, karşı tarafın enerjisiyle ilgilidir ama bizde tutunur. Yani gelen etkiyi alıp almamak, biraz da bizim iç hâlimize bağlıdır. Kalbi dolu olan, Allah'a bağlı olan, nimeti kendinden bilmeyen insan daha az etkilenir. Çünkü merkezde "ben" yoktur, "O" vardır. Enerji sana çarpar ama sende yer bulamaz.

O yüzden korunmak sadece başkasına karşı değildir; kendine karşıdır da. Kendi enerjini de temiz tutmak gerekir. İçinde haset taşıyan insan, farkında olmadan başkasına nazar eder. Bu da ayrı bir vebaldir. Nazar sadece maruz kalınan bir şey değil, yapılan bir şeydir de. Bu yüzden kalbi temizlemek, başkasına zarar vermemek için de lazımdır.

Nazar, bir insanın iç dünyasındaki dengesizliğin başka bir insana temas etmesidir. Göz değil, hâl işler. Bakış değil, yük geçer. Ve bu yükten korunmanın yolu, enerjiyi kapatmak değil; kalbi güçlendirmektir. Çünkü güçlü kalp, geleni süzer. Zayıf kalp, geleni yutar.

18

Koruyucu bilinç geliştirmek

Koruyucu bilinç, kulun hem kalbini hem zihnini İlahi muhafazaya açık hâle getirmesidir. Bu, dış dünyadan tamamen kaçmak değil; kalbi öyle bir kıvama ulaştırmaktır ki, dışarıdan gelen her tesir içeride kök salamadan dağılabilsin. Mümin, sebeplere sarılır fakat asıl korunmayı Allah'tan bilir. Bu bilinç, korku üzerine değil, teslimiyet üzerine kurulur. Çünkü korku kalbi daraltır, teslimiyet ise kalbi tahkim eder.

Koruyucu bilincin ilk basamağı niyetin ıslahıdır. İnsan, niyetini düzeltmeden kalbini muhafaza edemez. Her sabah kalbe yönelip "Bugün kalbimi Rabbime emanet ediyorum" demek, görünmeyen bir sözleşme gibidir. Niyet, kalbin pusulasıdır. Pusulası bozuk olanın yönü şaşar; yönü şaşan ise her bakışı tehlike sanır. Oysa mümin için esas ölçü, bakışın değil yönelişin kimden yana olduğudur.

Bu bilinç, dilin ve gözün terbiyesiyle kuvvetlenir. Zira dil, kalbin tercümanıdır; göz ise kalbin toplayıcısıdır. Dil bozulduğunda kalp kararır, göz ölçüsüz olduğunda kalp yorulur. Her sözü söylememek, her görüntüyü seyretmemek, kalbin yükünü hafifletir. İslam ahlakı, yasak koymak için değil, muhafaza

etmek için ölçü koyar. Ölçüsüzlük, insanı hem başkasına hem kendine karşı savunmasız bırakır.

Koruyucu bilincin sürekliliği, zikirle sağlanır. Zikir, kalbi diri tutan bir hatırlayıştır. Kalp unutmaya meyillidir; dünya ile meşgul oldukça Rabbini arka plana iter. Zikir ise kalbi yeniden merkeze çeker. "Ya Hafız" demek, sadece korunma talebi değil, korunmayı O'na havale etmektir. Kul, kendi gücünün yetmediği yerde Allah'ın kudretine yaslanır. Bu yaslanış, kalpte sükûnet doğurur.

Kalbin muhasebesi, bu bilincin muhafazasıdır. İnsan gün içinde neye kızdığını, neye imrendiğini, neyi büyüttüğünü fark etmezse, kalp fark edilmeden sertleşir. Akşam yapılan kısa bir iç hesap, kalbin pasını siler. Bu muhasebe, insanı suçlamak için değil; kalbi arındırmak içindir. Tevbe, koruyucu bilincin tamir yeridir. Her tövbe, kalbe yeniden bir perde çeker.

Koruyucu bilinç, çevreyle kurulan bağda da kendini gösterir. Her sohbet, her ortam, her yakınlık kalpte bir iz bırakır. Mümin, insanlardan kaçmaz ama her bağa da teslim olmaz. Hikmetle mesafe koymak, kibir değil; edep ve tedbirdir. Çünkü kalp her sesi taşıyamaz. Taşıyamadığı şeyler onu yorar, yorduğu şeyler onu savunmasız bırakır.

Bu bilinç, nimetle ilişkiyi de terbiye eder. Nimetini her yerde sergilemek, kalbi hem nazara hem kibire açık hâle getirir. Nimet gizlenirse korunur, şükürle yaşanırsa bereketlenir. Mümin, kendine verilenleri kendinden bilmez. "Allah verdi" bilinci, nimeti de kalbi de muhafaza eder. Böylece bakışlar nimete yönelse bile, kalp Allah'a bağlı kalır.

Koruyucu bilincin özü şudur: Kul, kalbini kendi başına savunamaz. Ama kalbini Allah'a emanet edebilir. Bu emanet bilinci, insanı hem korkudan hem gafletten korur. Ne her şeyi tehdit görür ne de her şeye açık yaşar. İtidal üzere durur. Çünkü

bilir ki, muhafaza eden O'dur; tedbir alan ise kuldur.

Koruyucu bilinç, duvar örmek değil, kalbi sağlamlaştırmaktır. Kalp sağlam olursa, dışarıdan gelen tesir içeride tutunamaz. Kalp zayıfsa, en küçük rüzgâr bile fırtınaya döner. Bu sebeple asıl korunma, görünmeyen bir kalede yaşamak değil; Allah'a bağlı bir kalple yürümektir.

19

Kıskanılmaktan korkmak yerine istikamet üzere yaşamak

İnsan çoğu zaman başkasının bakışından korkar. "Beni kıskanırlar mı, nazar ederler mi, zarar verirler mi?" diye içten içe tedirgin olur. Bu korku, kalbi korumaz; aksine kalbi daraltır. Çünkü korku merkezli yaşamak, insanı başkalarının niyetine teslim eder. Oysa müminin merkezi başkalarının bakışı değil, Allah'ın rızasıdır. İstikamet üzere yaşamak, kalbi insanların gözünden çıkarıp Rabbin huzuruna koymaktır.

İstikamet, düz bir çizgi üzerinde yürümektir; sağa sola savrulmadan, gösterişe kapılmadan, saklanma telaşına düşmeden… İnsan nimetini gizlemekle istikametten sapmaz, ama hayatını korku üzerine kurarsa içten içe yorulur. Çünkü sürekli saklanan bir ruh, kendini suçlu gibi hisseder. Oysa nimet suç değildir, imtihandır. Onu edep ile taşımak gerekir; korku ile gizlemek değil, şükür ile korumak gerekir.

Kıskanılmaktan korkan insan, başkalarının kalbine bakarak yaşar. "Onlar ne der, onlar ne hisseder?" sorusu zihnini işgal eder. Bu, insanı yavaş yavaş kendi yolundan çıkarır. Çünkü insan, başkasının iç dünyasını yönetemez. Ama kendi

istikametini koruyabilir. Başkasının hasedi senin meselen değildir; senin meselen, Rabbine karşı duruşundur. İstikamet, başkasının karanlığına göre şekil almak değil, kendi nurunu muhafaza etmektir.

İstikamet üzere yaşamak, nimeti tevazu ile taşımaktır. Ne sergilemek için yaşamak ne de korkudan silinmek… Dengede durmaktır. Kalpte "Allah verdi" bilinci varsa, bakışlar sana değil nimetin sahibine yönelir. Böyle bir kalbe yönelen haset, içeride tutunamaz. Çünkü merkezde benlik değil, teslimiyet vardır. Benlik büyüdükçe gözler sana döner; teslimiyet arttıkça gözler dağılır.

Kıskanılmaktan korkmak, insanı sürekli savunma hâlinde tutar. Savunma hâli ise huzuru bozar. İstikamet ise insanı içten sağlamlaştırır. Sağlam kalp, bakışlardan çok etkilenmez. Çünkü neyi niçin yaşadığını bilir. Hedefi Allah olanın yolu, insanların niyetine göre eğilip bükülmez. Böyle bir insan, başına geleni de Rabbinden bilir, bakışı da Rabbine havale eder.

İstikamet üzere yaşayan kişi, kendini korumak için başkalarını suçlamaz. "Onlar beni kıskandı" demek yerine, "Ben Rabbime karşı nerede duruyorum?" diye bakar. Bu bakış, insanı kurban psikolojisinden çıkarır, kul bilincine taşır. Kul bilinci, insanı hem nazardan hem korkudan korur. Çünkü kul bilir ki, izinsiz hiçbir tesir işlemez. İzin varsa imtihan vardır, imtihan varsa hikmet vardır.

Kıskanılmaktan korkarak yaşamak, hayatı daraltır; istikamet üzere yaşamak, kalbi genişletir. Korku insanı gizler, istikamet insanı dengeler. Gizlenen kalp zayıflar, dengede duran kalp güçlenir. Bu yüzden mümin, gözlerden kaçmayı değil, Rabbine yakın durmayı seçer. Yakın durduğu yer doğru olunca, bakışların gücü azalır.

İstikamet üzere yaşamak, "Beni kim kıskanır?" sorusunu bırakıp "Rabbim benden razı mı?" sorusunu sormaktır. Bu soru kalbe yerleştiğinde, korku yavaş yavaş çözülür. Yerine güven gelir. Ve insan anlar ki, en sağlam korunma, başkalarının bakışını değil, kendi yönünü düzeltmektir.

20

En Yakınından Gelen Haset

Haset çoğu zaman uzakta aranır. İnsan, kendine zarar verecek duyguların yabancılardan geleceğini düşünür. Tanımadığı insanlardan, rakiplerden, düşmanlardan… Oysa hayat insana yavaş yavaş başka bir gerçeği öğretir: En çok can yakan oklar, en yakından atılır. Çünkü uzağın kıskançlığı akla gelir, fakat yakının kıskançlığı kalbe gelmez. İnsan sevdiğinden kötülük beklemez. Beklemediği yerden gelen şey ise daha derin yaralar açar.

Haset, sadece "seni sevmemek" değildir. Haset, sende olan nimetin sende kalmasını istememektir. Hatta bazen o nimetin senden gitmesini dilemektir. Bu duygu öyle sinsi, öyle utangaç bir duygudur ki çoğu insan kendine bile itiraf edemez. Gülümser ama içten içe daralır. Tebrik eder ama kalbi sıkışır. "Hayırlı olsun" der ama içinde küçük bir yangın başlar.

İşte hasedin en tehlikeli hâli budur: gizli olanı.

Çünkü açık düşmanla mücadele kolaydır. Fakat sarılıp da içten içe seni çekemeyen biriyle nasıl savaşacaksın? Hatta daha acısı, o kişinin bazen kardeşin, akraban, arkadaşın, aynı sofrayı paylaştığın biri olmasıdır. İnsan burada akıl ile kalp arasında

kalır. "O yapmaz" dersin. "Ama bir şeyler ters" dersin. İçinde tarif edemediğin bir ağırlık oluşur.

Tasavvuf ehli hasedi "kalbin pası" olarak tarif eder. Pas, demiri yavaş yavaş yer. Gürültü yapmaz. Fakat bir gün bakarsın ki metal çürümüş. Haset de böyledir. Anlık bir öfke değil; uzun süreli bir iç kemirilmedir. Haset eden kişi en çok kendini tüketir. Çünkü başkasının nimetiyle mutlu olamayan bir kalp, hiçbir zaman huzur bulamaz.

Bu hakikat, insanlık tarihinin en eski hikâyelerinden birinde karşımıza çıkar. **Habil** ile **Kabil** arasındaki çatışma sadece iki kardeşin meselesi değildir; hasedin insanı nereye sürükleyebileceğinin sembolüdür. Aynı anne babadan gelen iki insan… Aralarında yabancılık yok. Fakat kıyas ve kıskançlık kalbe girdiğinde kardeşlik bile yetmiyor. Haset, kan bağı tanımıyor. Kalbi kör edince insan en yakınına bile düşman olabiliyor.

Bu yüzden en yakınından gelen haset, iki kat ağırdır. Birincisi zarar verir. İkincisi güveni yıkar.

İnsan güvenini kaybettiğinde dünyası sarsılır. Çünkü insan ruhu, güvende hissettiği ilişkilerle ayakta durur. Eğer en yakınına bile temkinle bakmaya başlarsan kalbin yorulur. Sürekli tetikte yaşamak ruhu tüketir. İşte bu noktada haset sadece haset edeni değil, haset edileni de yıpratır.

Peki neden en çok yakınlar haset eder?

Çünkü kıyas en çok benzerler arasında olur.

Kimse milyarder birine bakıp "neden ben o değilim" diye yanmaz belki. Mesafe vardır. Fakat seninle aynı yolda yürüyen, seninle aynı imkânlara sahip olan biri bir adım öne geçtiğinde nefis rahatsız olur. "O yapıyorsa ben de yapmalıydım" der. Başkasının başarısı, kendi eksikliğini hatırlatır. Nefis bu acıyla yüzleşmek yerine karşı tarafı küçültmeye başlar.

"Şansı vardı."

"Abartılacak bir şey değil."

"Gösteriş yapıyor."

Bu cümleler hasedin maskeleridir.

Yakın çevrede hasedin bir başka sebebi de sahiplenme duygusudur. "O benimle aynı seviyede kalmalı" diye bilinçsiz bir beklenti oluşur. Sen büyüdükçe, değiştikçe, güzelleştikçe bazı insanlar rahatsız olur. Çünkü senin yükselişin onların durağanlığını görünür kılar. Sen ilerledikçe onlar kendileriyle yüzleşmek zorunda kalır. Bu yüzleşme zor geldiğinde de kalp hasede sığınır.

Fakat haset eden şunu fark etmez: Başkasının ışığını söndürmek kendi karanlığını aydınlatmaz.

Haset edilmenin psikolojik yükü de hafife alınmamalıdır. İnsan bazen sebepsiz bir daralma hisseder. İşler yolunda giderken bir huzursuzluk çöker. Sanki görünmeyen bir ağırlık vardır. İşte kültürümüzde buna "nazar" denir. Nazarın hem manevî hem psikolojik boyutu vardır. İnsan, yoğun kıskanç bakışların hedefi olduğunda bilinçaltında tehdit algılar. Bu da stres üretir. Stres de ruhu ve bedeni etkiler.

Bu yüzden korunma sadece metafizik bir mesele değil; aynı zamanda ruh sağlığı meselesidir.

Ancak burada çok hassas bir denge vardır: Paranoyaya düşmemek.

Her olumsuzluğu "biri bana haset etti" diye açıklamak insanı sağlıksız bir şüpheye sürükler. Bu da başka bir tuzaktır. Sürekli başkasını suçlamak, kendi sorumluluğunu görmemek demektir. Bu yüzden dengeli olmak gerekir. Ne safça herkese sınırsız güvenmek ne de herkesten korkmak…

İtidal.

Tasavvufun öğrettiği şey tam da budur: Kalbi Allah'a bağlamak, insanlara değil.

Çünkü insanlar değişkendir. Bugün seven yarın kıskanabilir. Bugün destekleyen yarın rakip olabilir. Fakat Allah'ın muhafazası değişmez. Bu noktada ilahî isimlerden **El-Hafîz** kalbe büyük bir sığınak olur. İnsan şunu idrak eder: "Beni asıl koruyan insanlar değil, Rabbim."

Bu idrak gelince haset korkusu azalır.

Ayrıca hasede karşı en güçlü zırh gösterişsiz yaşamaktır. Her nimeti sergilememek. Her mutluluğu ilan etmemek. Kalbi ve hayatı biraz mahrem tutmak… Çünkü nimetin en güvenli hâli, sessiz olanıdır. Gürültü, dikkat çeker. Dikkat, kıyası tetikler. Kıyas da hasedi besler.

Bir diğer korunma yolu da dua ve güzel niyettir. İlginçtir, insan başkası için samimi şekilde hayır diledikçe kalbindeki haset ihtimali azalır. Çünkü dua kalbi temizler. Kalp temizlendikçe başkasının nimeti tehdit gibi görünmez. Aksine sevinç verir.

Belki de mesele şudur: Haset, Allah'ın taksimatına razı olamamaktır. "Ona neden verdin?" diye itiraz etmektir. Oysa rıza geldiğinde kalp yumuşar. "Rabbim ona da vermiş, bana da verecek olan O'dur" diyebilen insan huzura kavuşur.

En yakından gelen haset can yakabilir, güven kırabilir, insanı yorabilir. Fakat kalp Rabbine yaslandığında bu oklar derine işlemez. Çünkü insan bilir ki hiçbir bakış, hiçbir niyet, hiçbir kötülük ilahî izin olmadan zarar veremez.

Bu bilinçle yaşayan biri için haset bir tehdit değil, bir imtihan olur.

Ve insan yavaşça şunu öğrenir:

Herkesle mesafeli değil,

herkese merhametli ama sadece Allah'a bağlı yaşamak gerekir.

Çünkü gerçek güvenlik, insanların sevgisinde değil, Allah'ın muhafazasındadır.

21

Felak ve Nas Suresi

Halk arasında **Nâs Suresi** için zaman zaman "Fısıltı Suresi" denildiğini duyarız. Bu ifade klasik tefsir literatüründe yerleşmiş resmî bir ad değildir; fakat hem ses yapısı hem de anlam örgüsü sebebiyle ortaya çıkmış çok zarif, çok isabetli bir yakıştırmadır. Hatta biraz dikkatle okunduğunda insan bunun sadece bir benzetme değil, adeta surenin ruhuna dair sezgisel bir keşif olduğunu hisseder.

Sureyi sesli okuduğunda bunu hemen fark edersin. Kelimelerin sonlarında art arda gelen o yumuşak "s" sesleri…

nâs... hannâs... yüvesvisu... sudûri'n-nâs... mine'l-cinneti ve'n-nâs...

Ayetler adeta bağırarak değil, sürtünerek akar. Sert değil, sinsi bir tını bırakır. Dil damağa hafifçe değer, ses kayarak çıkar. Bu fonetik akış, gerçekten de bir fısıltıyı andırır. Sanki kelimeler kulaktan değil, doğrudan zihnin içinden geçiyormuş gibidir.

Kur'ân'ın belâgatı tam da burada kendini gösterir: Mana ile ses birbirine benzer.

Sure "fısıldayan" bir varlıktan söz ederken, kendisi de fısıltıya

benzeyen bir ahenkle okunur.

Bu, tesadüf gibi görünmez. Çünkü **Kur'an-ı Kerim**'de anlam ile ses çoğu zaman bilinçli bir uyum içindedir. Kıyameti anlatan ayetlerde sert harfler, rahmeti anlatan ayetlerde yumuşak akışlar vardır. Nâs Suresi'nde ise "s"lerin yoğunluğu, vesvesenin gizli ve sinsi doğasını adeta kulakta canlandırır.

Bu yüzden bazı gönül ehli ona "Fısıltı Suresi" demiştir.

Çünkü burada düşman bağırmaz.

Kapıyı kırmaz.

Savaş ilan etmez.

Sadece yaklaşır… ve fısıldar.

Surede geçen en kritik kelime "vesvese"dir. Vesvese zaten sözlük olarak "sessiz telkin, içten gelen fısıltı" demektir. Yani tehdit gürültülü değil, içseldir. İnsan çoğu zaman bunun dışarıdan geldiğini bile anlamaz. Kendi düşüncesi zanneder.

İşte bu yüzden Nâs Suresi psikolojik derinliği en yüksek surelerden biridir.

Felak dış dünyadaki tehlikelere karşı bir sığınmadır; Nâs ise zihnin içine kurulan tuzaklara karşı. Felak'ta karanlık, haset, büyü gibi dış etkiler sayılırken; Nâs'ta doğrudan "göğüslere vesvese veren" bir etkiden söz edilir. Yani tehlike artık dışarıda değil, içeridedir.

İnsan dış düşmanı tanır. Ama içindeki sesi nasıl ayırt edecek?

İşte bu yüzden sure, üç kez Allah'ın farklı isimleriyle başlar: Rab, Melik, İlah. Sanki kalbe üç katlı bir güvenlik duvarı örülür. Çünkü zihin en korunaksız alanımızdır. Düşüncelerimiz kirlenirse dünya algımız bozulur. Algı bozulunca da hayatımız yön değiştirir.

Belki de bu yüzden şeytanın en büyük başarısı günah işletmek değil, düşünceyi bozmak olmuştur. Önce zihni bulandırır, sonra kalbi yorar, en sonunda davranışı düşürür.

Hepsi bir fısıltıyla başlar.

Bir "ya" ile…

"Ya affedilmezsen…"

"Ya yeterince iyi değilsen…"

"Ya herkes senden daha iyiyse…"

Bunlar yüksek sesli cümleler değildir. Sessizdir. Ama yıpratıcıdır. İşte Nâs Suresi tam bu noktada devreye girer ve insana şunu öğretir: "Bu ses sen değilsin. Buna sığınarak değil, Allah'a sığınarak kurtulursun."

Bu yüzden "Fısıltı Suresi" ifadesi ilmî bir isim olmasa bile manevî olarak çok derin bir hakikati işaret eder.

Surenin kendisi bile bize şunu hissettirir:

Tehlike bağırarak gelmez.

Kalp yavaş yavaş işgal edilir.

Ve korunma da bağırarak olmaz.

Sessiz bir teslimiyetle olur.

Belki de bu yüzden Nâs Suresi en çok gece okunur. Herkes sustuğunda. Dünya yavaşladığında. Gürültü çekildiğinde. Çünkü fısıltılar en çok sessizlikte duyulur.

İnsan karanlıkta bu sureyi okurken şunu hisseder:

Kendi zihninin bile tam sahibi değilsin.

Ama seni senden daha iyi koruyan bir Rab var.

İşte o an, fısıltı kesilir.

Kalp susar.

Ve yerini güven alır.

22

Nazar Boncuğunun Zararları

İnsan korunmak ister. Bu, yaratılıştan gelen çok derin bir ihtiyaçtır. Tehlike hissettiğinde refleks olarak bir sığınak arar. Bir kapıyı kilitler, birine sarılır, dua eder, tedbir alır. Kalp "güvende olayım" diye çırpınır. Bu arayış son derece insânî ve fıtrîdir. Fakat tarih boyunca insanın yaptığı en büyük hatalardan biri şudur: Korunmayı Allah'tan değil, nesnelerden beklemek.

İşte tam burada inanç ile batıl inanç arasındaki ince çizgi başlar.

Bir insan "Allah korur, bu sadece sembol" diyorsa başka; "bu nesne beni korur" diyorsa bambaşka bir yere savrulur. Çünkü kalbin dayandığı yer, insanın inancının merkezidir. Kalp nereye yaslanırsa orayı ilah edinmeye başlar.

Bu mesele en çok da nazar boncuğu üzerinden karşımıza çıkar.

Toplumda çok sıradanlaşmış bir alışkanlık… Kapılarda, arabalarda, bebek arabalarında, bileklerde, duvarlarda… Hatta yeni doğan çocukların yakasına bile takılıyor. Sanki görünmeyen bir kalkanmış gibi. Sanki mavi bir cam parçası kötülüğü

engelleyecekmiş gibi.

Oysa hakikat çok nettir: Nazar boncuğu batıl inançtır ve İslâm inancında yeri yoktur. Hatta korunma beklentisiyle takıldığında itikadî açıdan sakıncalıdır, harama girer.

Çünkü koruma gücünü Allah'tan alıp eşyaya vermek, kalbi fark etmeden şirke yaklaştırır.

Bunu sert bir cümle gibi değil, çok sade bir mantıkla düşünelim:

Camdan yapılmış bir nesne, seni nasıl koruyabilir?

Kendi kendini bile koruyamıyor. Düşse kırılıyor. Ama sen ondan görünmeyen tehlikeleri savuşturmasını bekliyorsun.

Bu, aklî değil; psikolojik bir tutunmadır.

İnsan bilinmezlikten korktuğu için somut bir şey görmek ister. "Bir şey yapıyorum" hissi rahatlatır. Nazar boncuğu tam da bu sahte güven duygusunu üretir. Fakat bu güven, gerçek bir dayanak değildir. Sadece zihinsel bir tesellidir.

Üstelik nazar boncuğunun kökeni de İslâmî değildir. Eski Mezopotamya ve Mısır kültürlerine kadar uzanır. Bazı inanışlarda "şeytanın gözü", bazılarında **Horus**'un gözü olarak kabul edilmiştir. Yani tamamen pagan ve mitolojik bir semboldür. İlahî vahiy gelmeden önce insanların korkularına karşı ürettikleri tılsımlardan biridir.

Böyle bir sembolün Müslüman bir evin kapısına asılması aslında çok derin bir çelişkidir.

Çünkü bizim korunma anlayışımız nesneye değil, doğrudan Allah'a dayanır.

Kur'an bize camı, boncuğu, sembolü değil; duayı öğretir.

Tılsımı değil; teslimiyeti öğretir.

Mesela **Felak Suresi** ve **Nâs Suresi** bunun en açık örneğidir. Allah bize "şunu takın" demez, "Bana sığının" der.

Aradaki fark çok büyüktür.

Biri eşyaya bağlar, diğeri Allah'a.

Biri kalbi zayıflatır, diğeri güçlendirir.

Biri korkuyu besler, diğeri güven üretir.

Nazar boncuğunun bir diğer zararı da psikolojiktir. İnsan fark etmeden sorumluluğu dışsallaştırır. "Boncuk var, korunurum" diye düşünür. Bu da gerçek manevî tedbirleri ihmal etmesine yol açabilir. Oysa gerçek korunma bilinçle olur: dua, zikir, sadaka, güzel ahlâk, ölçülü yaşam…

Bunlar kalbi gerçekten koruyan şeylerdir.

Ayrıca batıl semboller insanın zihninde görünmeyen korkuları büyütür. "Takmazsam kötü bir şey olur mu?" kaygısı başlar. Yani boncuk korumak yerine bağımlılık üretir. Özgürlük değil, tedirginlik verir. Bu da manevî bir prangadır.

Tasavvufun öğrettiği şey tam tersidir: Kalbi sadeleştirmek. Aracıları azaltmak. Direkt Allah'a yönelmek.

Çünkü araya ne kadar nesne koyarsan, kalp o kadar dağılır.

Oysa tevhid, kalbi tek merkeze toplamaktır.

Bir mümin için en büyük koruma bilinci şudur:

"Beni Allah korur. O izin vermedikçe hiçbir şey zarar veremez."

Bu cümle kalbe yerleştiğinde artık boncuğa ihtiyaç kalmaz. İnsan kapıya cam asmaz; dua asar. Çocuğunun yakasına boncuk takmaz; Felak ve Nâs okur. Arabasına tılsım koymaz; Besmele ile yola çıkar.

Çünkü bilir ki gerçek zırh görünmezdir.

Ve en güçlü koruma, Rabbine duyulan güvendir.

Cam kırılır.

Sembol düşer.

Boncuk kaybolur.

Ama Allah'ın muhafazası kaybolmaz.

İşte kalbi özgürleştiren inanç budur.

23

5. Bölüm — Büyü, Kötü Niyet ve Manevi Saldırılar

24

Sirkenin Manevi Faydaları

Bazen insanın aradığı şey çok karmaşık değildir. Ruhumuz büyük sırların peşinde koşarken, Allah bize çok sade nimetler üzerinden ders verir. İşte sirke de böyle bir nimettir. İlk bakışta sıradan görünür. Mutfakta duran basit bir katık gibi durur. Ama biraz düşününce fark edersiniz ki bazı nimetler küçüklükleriyle değil, taşıdıkları hikmetle büyüktür.

İslam kültüründe sirkenin yeri işte bu sadelikten gelir. Peygamber Efendimiz'in hayatına baktığımızda, sirkenin sofralarda yer aldığını görürüz. Efendimiz (sallallahu aleyhi ve sellem) bir hadisinde şöyle buyurur:

"Bir yiyecek olarak sirke ne güzeldir."

Bu söz aslında sadece bir gıdayı övmek değildir. Bu söz, nimete bakışımızı öğretir. Çünkü insan çoğu zaman büyük nimetleri fark eder ama küçük nimetleri görmez. Oysa Allah'ın rahmeti bazen bir damla suda, bazen bir lokma ekmekte, bazen de bir kaşık sirkede gizlidir.

Bir başka rivayette Peygamber Efendimiz şöyle dua etmiştir:

"Sirke ne güzel katıktır. Allah'ım sirkeyi bereketlendir. Çünkü sirke benden önceki peygamberlerin katığı idi. İçinde sirke bulunan bir ev fakirleşmez."

Bu sözleri ilk duyduğunda insan durup düşünür. Bir ev nasıl olur da sırf içinde sirke var diye fakirleşmez? Burada anlatılan şey sihirli bir eşya değildir. Bu söz aslında bir yaşam ahlakını anlatır.

Sirke sade yaşamın sembolüdür. Kanaatin sembolüdür. Azla yetinmenin sembolüdür. Bir evde sirke varsa, o evde insanlar "illa çeşit çeşit yemek olsun" diye hırslanmazlar. O evde insanlar nimetin büyüklüğüne değil, bereketine bakarlar. İşte böyle evlerde huzur olur. Çünkü kanaat, bereketin kapısını açan anahtardır.

Peygamber Efendimiz'in hayatında geçen güzel bir hatıra bu gerçeği daha iyi anlatır. Mekke'nin fethinden sonra Efendimiz, amcası Ebû Talib'in kızı Ümmühani'nin evine misafir olur. Ona nazikçe sorar:

"Yanınızda yiyecek bir şey var mı?"

Ümmühani biraz mahcup bir şekilde cevap verir:

"Hayır ya Resulallah… Sadece kurumuş ekmek kırıntıları, biraz tuz ve biraz da sirke var."

Efendimiz hemen şöyle buyurur:

"Getir onları."

Sonra o kuru ekmekleri suyun içine ufalarlar. Biraz tuz koyarlar. Üzerine sirke dökülür. Efendimiz bunu büyük bir memnuniyetle yer. Ardından Rabbine hamd eder ve şöyle buyurur:

"Ey Ümmühani! Sirke ne güzel katıktır. Sirkesi bulunan bir ev katıktan mahrum sayılmaz."

Bu olay bize şunu öğretir: Bereket, sofranın zenginliğinde

değil; kalbin şükründedir.

Eski tıp kitaplarında da sirkenin çokça kullanıldığını görürüz. İslam'dan önceki dönemlerde ve İslam medeniyetinde sirke, özellikle temizlik ve sağlık için kullanılmıştır. Bazı bakteri ve virüsleri öldürme özelliği olduğu bilinmektedir. Bu yüzden mide rahatsızlıklarında, bağırsak problemlerinde ve bazı yaraların temizlenmesinde kullanıldığı aktarılmıştır. Yani sirke hem gıda hem de doğal bir temizlik unsurudur.

Fakat burada önemli bir noktayı da doğru anlamak gerekir. Günümüzde bazen sirke hakkında farklı manevi iddialar ortaya atılır. Bazı insanlar sirkenin cinleri kovduğunu, nazarı kesin olarak yok ettiğini veya büyüyü bozduğunu söyleyebilir. İnternette bu konuda oldukça fazla bilgi dolaşmaktadır. Ancak bu iddiaların çoğu açık ve sahih bir kaynağa dayanmaz. Bu yüzden mümin için ölçü her zaman Kur'an ve güvenilir hadisler olmalıdır. Sirkeyi bir muska gibi görmek doğru değildir.

Sirkenin gerçek manevi faydası aslında başka bir yerdedir. Sirke bize tevazuyu öğretir. Kanaati öğretir. Nimete saygıyı öğretir. İnsan bazen kalbini büyüten şeylerin büyük nimetler olduğunu zanneder. Oysa kalbi büyüten şey çoğu zaman sade yaşamdır.

Tasavvufta şöyle güzel bir söz vardır: "Az yemek kalbi inceltir." Çünkü insan azla yetinmeyi öğrendiğinde, dünyaya bağı biraz daha gevşer. Kalbi daha hafif olur. İşte sirke de bu sadeliğin küçük bir sembolüdür.

Bir başka açıdan baktığımızda sirke bize dönüşümü de hatırlatır. Üzüm önce meyvedir. Sonra bekler, değişir ve sirkeye dönüşür. Yani bir dönüşüm yaşar. İnsan ruhu da böyledir. Bazen hayatın içindeki zorluklar, sabırla beklenen süreçler insanı olgunlaştırır. O dönüşümün sonunda insan daha hikmetli, daha sakin, daha derin bir kalbe sahip olur.

Belki de sirkenin bize verdiği en güzel manevi ders budur: Sabırla beklenen dönüşüm bereket getirir.

İnsan hayatında da bazı acı süreçler vardır. Kırıldığımız zamanlar olur. Beklediğimiz şeylerin geciktiği zamanlar olur. Ama sabırla bekleyen kalp, sonunda olgunlaşır. Nasıl ki üzüm sabırla sirkeye dönüşürse, insan da sabırla hikmete dönüşür.

Bu yüzden bazen mutfakta duran o sade şişeye bakınca şunu hatırlamak güzel olur: Allah büyük dersleri bazen en küçük nimetlerle verir. Sirke de işte o küçük ama hikmetli nimetlerden biridir.

25

Kapıya ve Eşiğe Sürülen Domuz Yağları

İnsan bazen duyduğu şeyler karşısında ürperir. Özellikle manevi saldırılar, büyüler veya kötü niyetli uygulamalar hakkında anlatılan hikâyeler kalbi huzursuz edebilir. Kapıya veya evin eşiğine domuz yağı sürülmesi meselesi de halk arasında zaman zaman konuşulan konulardan biridir. Bazıları bunun büyü amacıyla yapıldığını, bazıları ise insanın huzurunu bozmak için uygulanan kötü niyetli bir davranış olduğunu söyler. Böyle anlatılar duyulduğunda insanın aklına hemen korku gelir. Oysa mümin için ilk yapılması gereken şey korkuya teslim olmak değil, meseleyi doğru bir ölçüyle değerlendirmektir.

İslam'da domuz açıkça haram kılınmış bir hayvandır. Kur'an'da domuz eti yenmesi yasaklanmıştır ve Müslüman için bundan uzak durmak bir ibadet bilincidir. Fakat bir haramın varlığı tek başına bir büyü veya gizemli bir güç anlamına gelmez. Domuz yağı da diğer pis sayılan maddeler gibi necis kabul edilir. Eğer bir kapıya, eşiğe veya bir eşyaya sürülmüşse bu öncelikle bir kirletme, rahatsız etme ya da kötü niyetli bir davranış olarak

değerlendirilir. Böyle bir durumla karşılaşan bir Müslümanın yapacağı şey korkuya kapılmak değil, o yeri temizlemek ve kalbini Allah'a bağlamaktır.

Halk arasında bazı insanlar bu tür uygulamaların büyü yapmak için kullanıldığını söyler. Gerçekten de tarih boyunca bazı büyü uygulamalarında pis kabul edilen maddelerin kullanıldığı bilinmektedir. Bunun sebebi ise şeytani uygulamaların çoğu zaman temizlikten ve fıtrattan uzak şeylerle yapılmasıdır. Ancak burada unutulmaması gereken önemli bir hakikat vardır: Allah izin vermedikçe hiçbir büyü insana zarar veremez. Kur'an'da büyüden bahsedilen yerde bile şu hakikat açıkça ifade edilir: "Onlar Allah'ın izni olmadan kimseye zarar veremezler." Bu ayet müminin kalbine büyük bir güven verir.

Yani bir Müslüman için asıl koruyucu olan şey maddeler değildir. Ne bir eşya, ne bir nesne, ne de gizemli ritüellerdir. Gerçek koruma Allah'ın muhafazasıdır. İşte bu yüzden bu kitabın temel duası olan "Ya Hafız, bizi koru" duası çok derin bir anlam taşır. Çünkü insanın gerçek güvenliği kapısına sürülen bir maddeyle değil, kalbinin bağlandığı Rab ile ilgilidir.

Böyle bir durumla karşılaşıldığında yapılacak şey aslında oldukça sadedir. Öncelikle o yer güzelce temizlenir. Temizlik İslam'ın temel prensiplerinden biridir. Ardından kişi kalbini korkuya değil, zikre yöneltir. Felak ve Nas sureleri okunur, Ayet'el Kürsi okunur, Allah'a sığınılır. Çünkü manevi saldırıların en büyük düşmanı korkusuz bir imandır. Şeytan ve onun yolları insanın korkusundan beslenir. Mümin ise korkuya değil, tevekküle dayanır.

Bazen insanlar böyle olayları duyduklarında hemen her şeyi büyüye bağlama eğilimine girer. Bu da ayrı bir tuzaktır. Çünkü sürekli büyü korkusuyla yaşamak insanın ruhunu yorar. Kalbini daraltır. Oysa İslam insanı paranoyadan da korur.

Mümin ne safça her şeyi inkâr eder ne de her şeyi gizli güçlere bağlar. Dengeli bir bilinçle yaşar.

Tasavvufta büyükler şöyle bir ölçü verir: Kalbinde Allah'ın adı güçlü olanın kapısına şeytan kolay kolay yaklaşamaz. Çünkü kalbin nuru, karanlık niyetleri yakar. Bu yüzden bir evin gerçek koruması duvarlarında değil, içinde yapılan zikirdedir. Kur'an okunan bir evde, salavat getirilen bir evde, Allah'ın adı anılan bir evde manevi bir huzur oluşur. O huzur, görünmeyen bir kalkan gibidir.

Kapıya sürülen bir madde en fazla kapıyı kirletebilir. Ama Allah'a bağlı bir kalbi kirletemez.

Bu yüzden böyle durumlarda yapılacak en doğru şey şudur: Temizlemek, dua etmek ve korkuyu büyütmemek. Çünkü mümin bilir ki asıl koruyucu kilitler değildir, kapılar değildir, maddeler değildir. Asıl koruyucu **El-Hafız olan Allah'tır.**

İnsan bu gerçeği kalbine yerleştirdiğinde artık kapısının önünde ne olduğu onu sarsamaz. Çünkü bilir ki kapıyı koruyan aslında Allah'tır. Ve Allah koruyorsa, kimse zarar veremez.

26

Ayetel Kürsi'nin Gücü

Bazı ayetler vardır ki insan onları okuduğunda kalbinde farklı bir ağırlık hisseder. Sanki kelimeler sadece dilde dolaşmaz; ruhun içine doğru iner. İşte **Ayetel Kürsi** böyle ayetlerden biridir. Yüzyıllardır Müslümanlar bu ayeti okurken yalnızca bir metin okumazlar; aynı zamanda Allah'ın kudretini, hâkimiyetini ve koruyuculuğunu hatırlarlar.

Ayetel Kürsi, Kur'an'ın en büyük ayetlerinden biri olarak kabul edilir. Çünkü bu ayet, Allah'ın sıfatlarını çok güçlü bir şekilde anlatır. Ayetin başında şu hakikat yer alır: Allah'tan başka ilah yoktur. O diridir, kayyumdur; yani bütün varlığı ayakta tutan O'dur. Ne uyuklama O'nu tutar ne de uyku. Göklerde ve yerde ne varsa hepsi O'nundur. İşte bu cümleleri düşündüğünde insanın kalbinde büyük bir güven oluşur. Çünkü evrenin sahibi uyumayan bir koruyucudur.

İnsan korktuğu zaman genellikle etrafına bakar. Kapıyı kontrol eder, ışığı yakar, bir şeylere tutunmak ister. Ama Ayetel Kürsi bize başka bir şey öğretir: Asıl güven duvarlarda değildir, Allah'ın korumasındadır. Çünkü Allah ne uyur ne gaflete düşer. İnsan uyurken bile onu koruyan bir kudret vardır.

Tasavvufta Ayetel Kürsi "manevi kalkan" olarak anlatılır. Bunun sebebi ayetin içinde anlatılan ilahi hâkimiyettir. Allah'ın izni olmadan kimsenin şefaat edemeyeceğini, hiçbir gücün O'nun kudretinin dışına çıkamayacağını anlatır. Bu hakikat insanın kalbinde korkuyu küçültür. Çünkü korkunun kökü belirsizliktir. Ayetel Kürsi ise kalbe kesin bir hakikat yerleştirir: Her şey Allah'ın kontrolündedir.

Peygamber Efendimiz (sallallahu aleyhi ve sellem) de bu ayetin önemini birçok hadisinde anlatmıştır. Rivayetlerde Ayetel Kürsi'nin özellikle gece okunmasının büyük bir koruma vesilesi olduğu ifade edilir. İnsan uyumadan önce bu ayeti okuduğunda, Allah'ın bir koruyucu meleği sabaha kadar onunla olur. Bu rivayetler Müslümanların yüzyıllardır sürdürdüğü bir alışkanlığın da sebebidir. Birçok insan yatağa girerken Ayetel Kürsi okumadan uyumaz.

Fakat burada önemli bir incelik vardır. Ayetel Kürsi'nin gücü, kelimeleri mekanik şekilde tekrar etmekten gelmez. Asıl güç, ayetin anlattığı hakikati kalpte hissetmekten gelir. İnsan bu ayeti okurken gerçekten düşünürse kalbinde büyük bir sükûnet oluşur. Çünkü ayet bize şunu hatırlatır: Evren başıboş değildir. Hayat rastgele değildir. İnsan sahipsiz değildir.

Ayetin ortasında geçen bir cümle vardır ki insanın kalbini derinden sarsar: "O'nun kürsüsü gökleri ve yeri kuşatmıştır." Bu ifade, Allah'ın kudretinin sınır tanımadığını anlatır. İnsan bu cümleyi düşündüğünde, kendi korkularının ne kadar küçük olduğunu fark eder. Çünkü gökleri ve yeri kuşatan bir kudret için insanın problemi çok küçük bir şeydir.

İşte bu yüzden Ayetel Kürsi okuyan insanın kalbinde bir güven oluşur. Bu güven sihirli bir formül gibi değil, bir iman hali gibi çalışır. İnsan kendini Allah'ın korumasına emanet eder. Ve o anda kalbinde bir teslimiyet doğar.

Tasavvuf büyükleri der ki: "Ayetel Kürsi okuyan kişi aslında Allah'ın hâkimiyetini ilan eder." Bu ilan sadece sözle değil, kalple yapılır. İnsan sanki şöyle demiş olur: "Ya Rabbi, ben zayıfım. Ama sen güçlü olanın ta kendisisin. Ben korkarım, ama senin koruman her şeyden büyüktür."

İşte o anda insanın ruhunda görünmeyen bir değişim başlar. Korku yerini güvene bırakır. Endişe yerini teslimiyete bırakır.

Ve insan şunu fark eder: Kapıları kilitleyen biziz ama aslında kapıları koruyan Allah'tır.

27

Kalbi tahkim etmek

İnsan bazen dış dünyaya karşı kendini korumayı iyi bilir. Kapıları kilitler, pencereleri kapatır, güvenlik sistemleri kurar. Ama çoğu zaman asıl korunması gereken yeri unutur: kalbini. Oysa insanın en savunmasız noktası çoğu zaman dışı değil içidir. Çünkü dışarıdan gelen saldırıların çoğu, kalpte bir gedik bulmadan içeri giremez.

Tasavvufta kalp, insanın ruhî merkezi olarak anlatılır. Sadece duyguların bulunduğu bir yer değildir. Kalp aynı zamanda niyetlerin doğduğu, düşüncelerin şekillendiği ve insanın Allah ile bağ kurduğu yerdir. Bu yüzden kalp güçlü olursa insanın bütün hayatı güçlü olur. Ama kalp zayıflarsa insan dışarıdan gelen her etkiye açık hale gelir.

Kalbi tahkim etmek, yani kalbi sağlamlaştırmak demek; onu koruyan manevi duvarlar inşa etmek demektir. Tıpkı eski şehirlerin etrafına çekilen surlar gibi… Bir şehir ne kadar güzel olursa olsun, eğer etrafında bir koruma yoksa saldırıya açık olur. İnsan kalbi de böyledir. İçinde iman, merhamet, sabır ve umut gibi değerler barındırır. Ama bu değerleri korumak için bilinçli bir çaba gerekir.

Kalbi tahkim etmenin ilk yolu, kalbi sürekli Allah'ı hatırlayan bir yere dönüştürmektir. Çünkü kalp boşluğu sevmez. Eğer Allah'ın zikriyle dolmazsa, başka şeylerle dolar. Kaygıyla dolar, kıskançlıkla dolar, öfkeyle dolar. Oysa kalp zikri öğrendiğinde içindeki karanlık düşünceler yavaş yavaş zayıflamaya başlar. Bu yüzden büyükler "Zikir kalbin zırhıdır" der.

Bir başka tahkim yolu da niyetleri temiz tutmaktır. İnsan bazen yaptığı işlerin dışına çok önem verir ama niyetini ihmal eder. Oysa kalbin gücü, niyetin saflığıyla doğrudan ilgilidir. Bir insan kalbinde kötülük taşımadığında, başkası için tuzak kurmadığında, haset etmediğinde kalbi doğal olarak güçlenir. Çünkü kötü niyetler kalpte çatlaklar açar. O çatlaklardan huzursuzluk sızar.

Kalbi güçlendiren bir başka şey de sabırdır. Sabır sadece zorluklara dayanmak değildir. Sabır aynı zamanda kalbi aceleciliğin, öfkenin ve panik duygusunun elinden kurtarmaktır. Sabırlı insanın kalbi daha sağlam olur. Çünkü sabır kalpte bir denge oluşturur. İnsan sarsılsa bile yıkılmaz.

Tasavvuf ehli kalbi bir kaleye benzetir. Bu kalenin kapıları vardır. Göz, kulak ve dil o kapılardan bazılarıdır. Eğer bu kapılar kontrolsüz bırakılırsa kaleye her türlü düşünce girebilir. Bu yüzden kalbi tahkim etmek biraz da bu kapıları korumayı öğrenmektir. İnsan neyi izlediğine, neyi dinlediğine ve neyi konuştuğuna dikkat ettiğinde kalbini de korumuş olur.

Bir de dua vardır. Dua kalbin en güçlü savunma hattıdır. Çünkü dua eden insan aslında kalbinin yalnız olmadığını kabul eder. Allah'tan yardım isteyen bir kalp, kendi zayıflığını inkâr etmez. Ve işte o anda Allah'ın yardımı devreye girer.

Bu kitabın başındaki dua da aslında kalbi tahkim etmenin duasıdır: "Allah'ım bizim kusurlarımızı ört. Bizi koru Ya Hafız." Bu dua insanın hem zayıflığını hem de umudunu içinde taşır.

Çünkü insan kendini korumaya çalışır ama asıl koruyanın Allah olduğunu bilir.

Kalbi tahkim etmek demek kalbi taşlaştırmak değildir. Aksine kalbi daha merhametli, daha yumuşak ama aynı zamanda daha güçlü hale getirmektir. Çünkü en güçlü kalpler, kırılmayan kalpler değildir. Kırılıp yine Allah'a dönebilen kalplerdir.

İşte böyle bir kalp kolay kolay yıkılmaz. Çünkü onun duvarları korkuyla değil, imanla örülmüştür.

28

“Bize Kimin Zararı Dokunacak ki?” Rahatlığı

İnsan bazen kendini güvende hissetmek ister. Bu çok doğal bir duygudur. Fakat bu güven duygusu bazen fark edilmeden bir gevşemeye dönüşür. “Bize kim ne yapabilir ki?” düşüncesi işte böyle doğar. İlk bakışta güçlü bir söz gibi görünür. Ama çoğu zaman içinde gizli bir gaflet taşır.

Çünkü insan zayıf bir varlıktır. Ne kadar güçlü görünürse görünsün, kalbi kırılabilir, zihni karışabilir, iradesi sarsılabilir. Hayatta bazen gerçekten zarar görürüz. İnsanlardan zarar görürüz, kıskançlıktan zarar görürüz, iftiradan zarar görürüz. Bazen de en beklemediğimiz yerden bir kırılma gelir. Bu yüzden “Bize kim zarar verebilir?” demek yerine, “Allah korursa kim zarar verebilir?” demek daha doğru bir bilinçtir.

Kur’an’da sıkça vurgulanan bir hakikat vardır: Zarar ve fayda Allah’ın izniyle olur. Bu gerçek insanı iki uçtan da korur. Bir tarafta korku vardır, diğer tarafta ise aşırı rahatlık. Mümin bu iki uç arasında dengede yürür. Ne her şeyden korkarak yaşar ne de hiçbir şey olmaz zannederek gaflete düşer.

Bazen insanlar hayatlarında uzun süre hiçbir ciddi zorluk

yaşamazlar. İşleri yolunda gider, sağlıkları iyidir, çevreleri huzurludur. Böyle zamanlarda kalp fark etmeden bir rahatlığa kapılabilir. İnsan dua etmeyi azaltır, korunma bilincini gevşetir, "Bize bir şey olmaz" demeye başlar. İşte bu noktada manevi dikkat azalır.

Tasavvufta büyükler bu duruma "gaflet rahatlığı" derler. Çünkü insanın kalbi tehlikeyi tamamen unuttuğunda savunmasını da bırakır. Oysa dünya imtihan yeridir. Burada hem iyilikler hem zorluklar vardır. İnsan bazen başkasının kıskançlığıyla, bazen kötü niyetli bir sözle, bazen de şeytanın vesvesesiyle karşılaşabilir.

Bu yüzden müminin kalbinde şöyle bir bilinç olur: Ben güçlü değilim ama Rabbim güçlüdür. Ben her şeyi kontrol edemem ama Allah her şeyi kontrol eder. İşte bu bilinç insanı hem mütevazı hem de dikkatli yapar.

Fakat burada çok önemli bir denge daha vardır. "Zarar olabilir" gerçeğini kabul etmek korkuyla yaşamak anlamına gelmez. Aksine insanın kalbini Allah'a daha çok bağlaması anlamına gelir. Çünkü mümin bilir ki zarar ihtimali vardır ama Allah'ın koruması daha büyüktür.

Bazen gerçekten zarar görürüz. İnsanlardan haksızlık görebiliriz. Dedikoduya uğrayabiliriz. Bazen nazar, haset veya kötü niyetlerin etkisini hissedebiliriz. Hayatın içinde bunlar yaşanabilir. Ama mümin için asıl mesele zarar görmek değildir. Asıl mesele zarar gördüğünde kalbinin Allah'tan kopmamasıdır.

Çünkü bazı insanlar bir zorluk yaşadığında hemen korkuya teslim olur. Bazıları ise öfkeye kapılır. Oysa iman sahibi insan başka bir yol seçer: Allah'a yönelmek. Dua eder. Sığınır. Kalbini güçlendirir.

Belki de bu yüzden Kur'an'da sürekli "Allah'a sığının" mesajı vardır. Çünkü insanın gerçek gücü kendi kontrolünde değildir.

İnsan ancak Allah'ın himayesine sığındığında gerçek güveni hisseder.

Bu yüzden "Bize kim zarar verebilir ki?" rahatlığı yerine şu bilinç daha güzeldir:

"Ya Hafız… Sen korursan kimse zarar veremez. Sen korumazsan da hiçbir kilit bizi koruyamaz."

İşte bu söz korkudan değil, teslimiyetten doğar. Ve kalbi hem uyanık hem huzurlu tutar.

29

Şarlatan Hocaların Havas İlmini İstismar Etmesi

İnsan görünmeyen âlemle ilgili konulara karşı her zaman merak duyar. Nazar, büyü, cinler, dualar, esmalar… Bunlar konuşulduğunda insanın içinde hem bir çekim hem de bir tedirginlik oluşur. İşte tam da bu merakın olduğu yerde maalesef bazı istismarlar ortaya çıkar. Özellikle "hoca" kimliğiyle ortaya çıkan bazı kişiler, insanların korkularını ve çaresizliklerini kullanarak kendilerine bir güç alanı kurmaya çalışırlar.

Son yıllarda en çok kullanılan kelimelerden biri de "**havas ilmi**" olmuştur. Bu kelime kulağa gizemli gelir. Bazıları bu kelimeyi öyle bir kullanır ki sanki herkesin bilmediği gizli bir kapıyı yalnızca kendileri açabiliyormuş gibi konuşurlar. İnsanların zihninde bir sır perdesi oluştururlar. Sonra da o perdenin arkasına kendilerini yerleştirirler.

Oysa gerçek şu ki, havas ilmi İslam ilim geleneğinde büsbütün uydurma bir şey değildir. Tarih boyunca bazı alimler Kur'an ayetlerinin, esma-i hüsnanın ve duaların hikmetleri üzerine çalışmalar yapmışlardır. Fakat bu çalışmalar her zaman çok dikkatli bir şekilde ele alınmış ve asla bir gösteriye

dönüştürülmemiştir. Büyük alimler bu konularda konuşurken bile son derece temkinli davranmışlardır.

Bugün ise bazı kişiler bu konuyu adeta bir meslek haline getirmiştir. Sosyal medyada veya çeşitli platformlarda kendilerini "havas hocası", "manevi danışman", "enerji temizleyici" gibi isimlerle tanıtırlar. İnsanlara büyü bozduklarını, cin çıkardıklarını, kader değiştirdiklerini söyleyenler bile vardır. Üstelik çoğu zaman bunun karşılığında ciddi paralar talep ederler.

Burada insanın dikkat etmesi gereken çok önemli bir nokta vardır. Gerçek ilim insanı Allah'a yaklaştırır, korkuya bağımlı hale getirmez. Ama istismarcılar tam tersini yapar. Önce insanın korkusunu büyütürler. "Sana büyü yapılmış." "Evinizde cin var." "Üzerinizde ağır bir nazar var." gibi sözlerle insanın zihnini tedirgin ederler. Sonra da çözümün yalnızca kendilerinde olduğunu ima ederler.

Bu yöntem aslında eski bir tuzaktır. Önce problemi büyütmek, sonra çözümü satmak…

Oysa İslam'da bir Müslümanın korunma yolları çok nettir. Kur'an okumak, dua etmek, zikretmek, namaz kılmak ve Allah'a sığınmak. Bunlar herkes için açıktır. Hiç kimsenin tekelinde değildir. Allah ile kul arasına aracılar koymak, özellikle korku üzerinden bir otorite kurmak doğru bir yol değildir.

Tasavvuf büyükleri bu konuda çok net bir ölçü vermiştir: Manevi ilim insanı büyütmez, insanı küçültür. Yani gerçek bir alim veya hak yolunda bir rehber kendini gizemli bir güç merkezi gibi göstermez. Aksine insanları doğrudan Allah'a yönlendirir.

Şarlatanların en büyük özelliği ise kendilerini vazgeçilmez göstermeleridir. Sürekli "ben olmadan çözemezsin" mesajı verirler. Bu da insanı Allah'a değil, kişiye bağımlı hale getirir.

Hâlbuki mümin için en büyük güven kaynağı Allah'tır. Bir insanın duası, başka birinin yazdığı muskadan daha güçlü olabilir. Çünkü Allah kulunun kalbine bakar. Samimiyetle yapılan bir dua, gösterişli ritüellerden çok daha değerlidir.

Bu yüzden bu tür iddialarla ortaya çıkan kişilere karşı dikkatli olmak gerekir. Maneviyat, ticarete ve korkuya dönüştüğünde özünü kaybeder. Gerçek maneviyat insanı özgürleştirir, korkuların esiri yapmaz.

Unutulmaması gereken bir hakikat vardır: Allah'a ulaşmak için gizli kapılar yoktur. Kur'an açık bir kitaptır. Dualar açıktır. Zikir açıktır. Allah'a sığınmak için kimsenin aracılığına ihtiyaç yoktur.

Ve bazen en güçlü korunma, sahte kapıları tanıyıp onlardan uzak durmaktır. Çünkü kalbini Allah'a bağlayan bir insan, insanların kurduğu korku tuzaklarına kolay kolay düşmez.

30

Peygamberimize yapılan Büyü

Bazı insanlar büyü meselesini duyunca iki uçtan birine savrulur. Kimisi her şeyi büyüye bağlar, kimisi ise büyü diye bir şeyin varlığını tamamen reddeder. Oysa İslam'ın öğrettiği yol bu iki uçtan da uzaktır. Kur'an ve sahih hadisler bize hem büyünün bir gerçeklik olduğunu hem de Allah'ın izni olmadan hiçbir gücün insana mutlak zarar veremeyeceğini öğretir.

Bu konuda en çok konuşulan hadiselerden biri, Peygamber Efendimiz'e yapılan büyü olayıdır. Kaynaklarımızda bu hadise açık şekilde anlatılır. Rivayetlere göre Medine'de yaşayan Yahudilerden bir grup, Peygamber Efendimizin (asm) tebliğinden ve Müslümanların artmasından rahatsız olmuşlardı. İçlerinde bu durumu hazmedemeyenler vardı. Bu nedenle kötü bir yola başvurdular ve bir sihirbaz aracılığıyla Efendimize büyü yaptırdılar.

Rivayetlerde bu kişinin adı **Lübeyd bin A'sam** olarak geçer. Efendimizin saç tellerini ve tarağını ele geçirerek bir büyü hazırladığı anlatılır. Bu büyü daha sonra bir hurma lifine sarılarak bir kuyuya gizlenmiştir. Zamanla Peygamber Efendimiz bazı sıkıntılar hissetmeye başlamıştır. Ancak bu durum onun

peygamberlik görevine hiçbir şekilde zarar vermemiştir.

İslam alimleri bu noktayı özellikle vurgular. Çünkü burada çok önemli bir denge vardır. Peygamber Efendimiz bir insandı ve insan olarak hastalanabilir, yaralanabilir veya bazı zorluklar yaşayabilirdi. Nitekim Uhud Savaşı'nda yaralanmış, bazı hadislerde akrep sokmasına maruz kaldığı da rivayet edilmiştir. Bu tür durumlar onun peygamberliğine asla zarar vermez.

Aynı şekilde bu olayda da büyünün etkisi yalnızca şahsi yönüyle sınırlı kalmıştır. Alimlerden **Kadı Iyaz** bu konuda şöyle bir açıklama yapar: Bu sihir, Peygamber Efendimizin aklına, vahiy almasına veya tebliğine hiçbir zarar vermemiştir. Sadece bedensel ve kişisel bazı sıkıntılar şeklinde etkisini göstermiştir.

Bir gün Peygamber Efendimiz dua ederek Allah'a yöneldi. Rivayetlere göre o sırada iki melek insan suretinde gelmiş ve yapılan sihrin yerini bildirmiştir. Bunun üzerine Efendimiz bazı sahabelerini göndererek sihrin gizlendiği kuyudan o malzemeleri çıkarttırmıştır.

Bulunan şeyler arasında saç telleri, bir tarak ve düğümlenmiş ipler vardı. İşte tam bu sırada Cebrail (as) Peygamberimize **Felak ve Nas surelerini**, yani **Muavvizeteyn** olarak bilinen iki koruyucu sureyi getirmiştir.

Efendimiz bu sureleri okumaya başladığında her ayette bir düğüm çözülmüş, iğneler çıkarılmış ve büyünün etkisi Allah'ın izniyle ortadan kalkmıştır. Rivayetlerde Peygamber Efendimizin bu durumdan kurtulduktan sonra kendisini sanki bağlarından çözülmüş gibi hafiflemiş hissettiği anlatılır.

Bu olay Müslümanlara çok önemli bir ders vermiştir.

Birincisi: Büyü diye bir şey vardır fakat mutlak bir güç değildir.

İkincisi: En güçlü korunma Allah'a sığınmaktır.

Üçüncüsü: Felak ve Nas sureleri manevi korunma için çok büyük bir nimettir.

Dikkat edilmesi gereken bir başka nokta da Peygamber Efendimizin bu olaya verdiği tepkidir. Sihri yaptığı ortaya çıkan kişi sorgulanmış fakat Efendimiz onu cezalandırmamıştır. Hatta bazı rivayetlerde olayın yayılmasını istemediği de aktarılır. Çünkü o, şahsi meseleleri için intikam alan biri değildi.

Bu tavır da bize çok şey öğretir. İnsan bazen kendisine kötülük yapan biriyle karşılaşabilir. Ama Müslüman'ın yolu kin ve intikamla değil, adalet ve merhametle şekillenir.

Bu olayın en önemli sonucu ise şudur: Allah, peygamberini korumuştur. O'na yapılan kötülükler, sonunda yine Allah'ın kudretiyle ortaya çıkarılmış ve etkisiz hale getirilmiştir.

Ve belki de bu olay, müminlere şu hakikati öğretmek için yaşanmıştır:

En büyük korunma, Allah'a sığınmaktır.

Bir insan Felak ve Nas surelerini okuyarak, kalbini Allah'a bağlayarak ve O'na güvenerek yaşadığında, görünmeyen birçok tehlikeye karşı manevi bir zırh kazanır. Çünkü gerçek koruyucu yalnızca Allah'tır.

İşte bu yüzden mümin kalbi sık sık şu duayı tekrar eder:

"Allah'ım… Bizi görünür görünmez bütün kötülüklerden koru. Şeytanın hilelerinden, insanların şerrinden ve nefsimizin karanlığından bizi muhafaza et. Sen korursan kimse zarar veremez."

31

6. Bölüm — Cinler ve Görünmeyen Âlem

32

Görünmeyen varlıklarla ilgili denge

İnsan, yalnızca gördüğü dünyada yaşamaz. Gözle gördüğümüz âlem buzdağının görünen kısmı gibidir; asıl genişlik ise görünmeyen taraftadır. Kur'an bize bu gerçeği açıkça öğretir. Varlık yalnızca maddeden ibaret değildir. Melekler vardır, cinler vardır, ruh vardır. Fakat müminin bu görünmeyen âlemle ilişkisi merak ve korku arasında savrulmak değil, **denge içinde yaşamak** olmalıdır.

Çünkü insanın en çok düştüğü hatalardan biri şudur: Görünmeyen âlemi ya tamamen inkâr etmek ya da hayatın merkezine koymak.

İslam bu iki uçtan da bizi uzak tutar.

Bir tarafta her şeyi cinlere bağlayan insanlar vardır. Başına gelen her sıkıntıyı, her hastalığı, her psikolojik dalgalanmayı hemen görünmeyen varlıklara bağlarlar. Bu yaklaşım zamanla insanı korku dolu bir hayata sürükler. İnsan kendini sürekli saldırı altında hisseder. Böyle bir ruh hali ise kalbi yorar, zihni yorar ve insanın Allah'a olan güvenini zayıflatır.

Diğer tarafta ise görünmeyen âlemi tamamen reddeden bir yaklaşım vardır. Modern dünyanın bazı anlayışları, gözle

görülmeyen hiçbir şeyi kabul etmek istemez. Oysa Kur'an'ın ilk tanımlarından biri mümini şöyle anlatır: **Gayba iman edenler.**

Yani mümin, görünmeyeni inkâr etmez; ama onu hayatının merkezine de koymaz.

İşte denge tam burada başlar.

Cinler de Allah'ın yarattığı varlıklardır. Kur'an'da açıkça anlatıldığı gibi onlar ateşten yaratılmıştır ve insanlar gibi imtihan dünyasında yaşarlar. İçlerinde iman edenler de vardır, inkâr edenler de. Tıpkı insanlar gibi iyileri de vardır, kötülük yapanları da.

Bu hakikati anlamak, gereksiz korkuları ortadan kaldırır.

Çünkü çoğu insan cinleri yalnızca korku hikâyeleri üzerinden tanır. Oysa gerçek şu ki cinlerin büyük çoğunluğu insan hayatıyla ilgilenmez. Onlar da kendi hayatlarını yaşar, kendi dünyalarında bulunurlar. İnsanla temas edenler ise istisnai durumlardır.

Bu yüzden mümin için asıl mesele cinlerle uğraşmak değil, **Allah'a bağlanmaktır.**

Bir kalp Allah'a bağlandığında görünmeyen âlemin karanlığı insana zarar veremez. Çünkü Kur'an'ın öğrettiği en temel gerçek şudur: Hiçbir varlık Allah'ın izni olmadan insana zarar veremez.

Bu hakikati kalbine yerleştiren insanın korkuları yavaş yavaş dağılır.

Ne cinlerden korkar, ne de onları merak ederek hayatını tüketir. Çünkü bilir ki gerçek korunma Allah'ın muhafazasıdır.

Ne var ki günümüzde bazı insanlar görünmeyen âleme karşı sağlıksız bir merak geliştiriyor. Cin çağırma seansları, ruh çağırma oyunları, büyü merakları, enerji deneyleri… Bunların çoğu insanı manevi açıdan zayıflatan kapılar açar. İnsan farkında olmadan kalbini kirleten bir alana girmiş olur.

İslam bu kapıları kapatır.

Çünkü müminin kalbi temiz bir alan olmalıdır. Kalp Allah'ın zikriyle dolu olursa, karanlık meraklara yer kalmaz.

Bir ev düşünün. Kapıları açık bırakılmış bir evde her şey içeri girebilir. Ama kapılar sağlam olursa içerisi güvenli olur.

Kalbin kapıları da böyledir.

Zikir, dua, Kur'an ve namaz bu kapıları koruyan kilitler gibidir.

İnsan sabah evden çıkarken **Ayetel Kürsi** okuduğunda, akşam **Felak ve Nas** surelerini okuduğunda, kalbinde sürekli Allah'ı andığında görünmeyen âlemden korkmasına gerek kalmaz. Çünkü Allah'ın koruması insanın en büyük sığınağıdır.

Bunun yanında İslam bize önemli bir edep daha öğretir: Görünmeyen âlemi konuşurken ölçülü olmak.

Bazı insanlar cinlerle ilgili hikâyeleri anlatmayı sever. Korku dolu anlatılar, gizemli olaylar, karanlık tecrübeler… Fakat bu tür konuşmalar bazen kalbi gereksiz yere meşgul eder.

Mümin kalp korku hikâyeleriyle değil, Allah'ın rahmetiyle beslenir.

Çünkü kalp hangi düşünceyle meşgulse ona dönüşür.

Sürekli korku konuşan bir kalp korku üretir. Sürekli Allah'ı anan bir kalp ise huzur üretir.

İşte görünmeyen âlemle ilgili en sağlıklı denge budur: **Bilmek ama takıntı yapmamak.**

Cinlerin varlığını kabul ederiz ama onlarla uğraşmayız. Onların dünyasını merak ederek hayatımızı tüketmeyiz. Kalbimizi onlara değil Allah'a bağlarız.

Bu dengeyi kuran insanın ruhu rahatlar.

Çünkü insanın gerçek meselesi cinler değildir.

İnsanın gerçek meselesi **kalbidir.**

Kalp Allah'a bağlıysa insan güvendedir. Kalp boşsa, en küçük

korku bile insanın içine büyüyerek yerleşir.

Bu yüzden büyük alimler şu öğüdü verir: Görünmeyen âlemle değil, **kalbinle ilgilen.**

Kalp sağlam olursa görünmeyen hiçbir şey sana zarar veremez.

Ve mümin bu güvenle yaşar.

Bilerek ama korkmadan…

İnanarak ama takıntıya kapılmadan…

Görünmeyeni kabul ederek ama kalbini yalnızca Allah'a bağlayarak.

Çünkü en güvenli yer, Allah'ın muhafazasıdır.

33

Mümin cinler ve ilahi düzen

İnsan çoğu zaman görünmeyen âlemden söz edildiğinde ya aşırı meraka kapılır ya da gereksiz bir korkuya. Oysa hakikat bu iki uç arasında sakin bir dengede durur. Kur'ân bize hem insanın hem de cinlerin Allah'ın kulları olduğunu açıkça bildirir. Bu nedenle görünmeyen varlıkları konuşurken korku merkezli bir dil değil, ilahi düzen merkezli bir anlayış gerekir. Çünkü yaratılan hiçbir varlık başıboş değildir; hepsi ilahi sistemin içinde yer alır.

Kur'ân'da doğrudan cinlerden bahseden bir sure vardır: Cin Suresi. Bu surede cinlerin de tıpkı insanlar gibi iman edenleri ve etmeyenleri olduğu anlatılır. Yani cinler tek tip varlıklar değildir. İçlerinde Allah'a iman eden, ibadet eden ve doğru yolu arayanlar da vardır. Onlara "mümin cinler" denir. Nitekim Kur'ân'da cinlerin kendi sözleri aktarılır: "İçimizde salih olanlar da vardır, bunun dışında olanlar da." Bu ifade bize önemli bir hakikati hatırlatır: görünmeyen âlem de imtihan içindedir.

Bir gece Peygamber Efendimiz'in Kur'ân okurken cinlerin onu dinlediğini Kur'ân bizzat haber verir. Bu olay Ahkaf Suresi ve Cin Suresi ayetlerinde anlatılır. Rivayete göre bir grup cin

Kur'ân'ı dinlemiş ve kendi kavimlerine dönüp şöyle demiştir: "Biz gerçekten doğru yola ileten bir kitap dinledik." Bu olay bize şunu öğretir: Allah'ın kelamı sadece insanlara değil, cinlere de hitap eder.

Burada insanın zihninde şu soru doğabilir: Mümin cinlerin bizim hayatımızla bir ilişkisi var mıdır? Tasavvuf geleneğinde ve bazı alimlerin eserlerinde, mümin cinlerin de Allah'ın düzeni içinde iyiliğe meyleden varlıklar olduğu anlatılır. Ancak bu konu çoğu zaman yanlış anlaşılır. Mümin cinlerin varlığı kabul edilse de, insanın onlarla iletişim kurmaya çalışması doğru görülmemiştir. Çünkü insanın sorumluluğu görünmeyen âlemi araştırmak değil, kendi kalbini ve ahlakını düzeltmektir.

Bu noktada önemli bir ilke vardır: Görünmeyen âlem merak konusu değil, iman konusudur. İnsan bu alanda kontrol sahibi değildir. Kontrol Allah'a aittir. Bu yüzden mümin kişi, cinleri araştırarak değil Allah'a sığınarak huzur bulur. Nitekim Peygamber Efendimiz korunma konusunda insanlara sürekli Allah'a yönelmeyi öğretmiştir. Özellikle Felak Suresi ve Nas Suresi bu korunma bilincinin temel ayetleridir.

Tasavvuf ehli bazen şu güzel benzetmeyi yapar: İnsan kalbi bir ev gibidir. Bu ev Allah'ın zikriyle doluysa, o eve karanlık varlıklar yaklaşamaz. Ama kalp boş kalırsa, yani zikirden uzaklaşırsa, insan kendi iç dünyasında huzursuzluk yaşamaya başlar. Bu huzursuzluk çoğu zaman dış varlıklardan değil, kalbin sahipsiz kalmasından kaynaklanır.

Bu nedenle mümin insan görünmeyen âlemden korkarak değil, Allah'ın korumasına güvenerek yaşar. Çünkü Allah'ın isimlerinden biri **El-Hafîz**'dir; yani koruyan ve muhafaza eden. Bir kul bu isme sığındığında kalbinde derin bir güven oluşur. Artık insan sürekli "Acaba bana bir şey olur mu?" korkusuyla yaşamaz. Çünkü bilir ki Allah'ın izni olmadan hiçbir varlık

zarar veremez.

İslam alimleri bu noktada önemli bir uyarı yaparlar: İnsanların bir kısmı cinleri abartarak hayatın merkezine koyar. Her sorunu cinlere bağlar, her sıkıntıyı görünmeyen varlıklarla açıklar. Bu yaklaşım insanın psikolojisini bozar ve iman dengesini zedeler. Çünkü İslam'da cinler vardır ama insanın hayatının merkezi değildir. Merkez Allah'tır.

Kur'ân'ın öğrettiği denge çok nettir: Cinler vardır, ama Allah daha büyüktür. Şeytan vardır, ama Allah'ın koruması daha güçlüdür. Görünmeyen âlem vardır, ama insanın kalbi Allah'a bağlıysa o kalp güven içindedir.

Bu yüzden tasavvuf büyükleri insanlara şu öğüdü verir: Görünmeyeni araştırmak yerine görünmeyene güven. Çünkü Allah'ın kurduğu sistem kusursuzdur. Her şey bir ölçü içinde yaratılmıştır. Bu ölçüyü kavrayan insanın kalbinde korku değil huzur oluşur.

Ve insan bir gün şunu fark eder: Asıl korunma görünmeyen varlıkları tanımakla değil, Allah'ı tanımakla başlar. Çünkü Allah'a yakın olan bir kalp, görünmeyen âlemin karmaşasında kaybolmaz. O kalp bilir ki ilahi düzen kusursuzdur ve bu düzen içinde hiçbir varlık Allah'ın izni olmadan bir adım bile atamaz.

İşte mümin cinler meselesine bu açıdan bakıldığında korkulacak bir konu değil, ilahi düzenin bir parçası olarak anlaşılır. İnsan için önemli olan ise görünmeyen âlemin detayları değil, kalbin Allah'a bağlı kalmasıdır. Çünkü kalp Allah'a bağlıysa, insan görünmeyen âlemden korkarak değil, Allah'ın koruması altında yürüyerek hayatına devam eder.

34

Paranoyadan korunmak

Görünmeyen âlem, cinler, nazar, büyü gibi konular konuşulurken insanın fark etmeden düşebileceği büyük bir tehlike vardır: **paranoya**. Yani insanın sürekli kendisine bir şey yapılmış olabileceğini düşünmesi, her olayı gizli bir saldırı gibi yorumlaması ve giderek iç dünyasında bir korku ağı kurması.

Oysa İslam'ın öğrettiği yol korku üzerine değil, **tevekkül ve denge** üzerine kuruludur.

Bazı insanlar görünmeyen âlemle ilgili bilgileri öğrendikçe rahatlamak yerine daha çok tedirgin olur. Bir baş ağrısı olduğunda hemen büyüden şüphe eder. Bir huzursuzluk yaşadığında hemen cinlerin etkisini düşünür. Bir iş ters gittiğinde hemen nazar arar. Böyle bir düşünce biçimi zamanla insanın zihnini yorur ve kalbini daraltır.

Bu durum çoğu zaman gerçek bir manevi saldırıdan değil, **zihnin korkuya alışmasından** kaynaklanır.

Çünkü insan zihni hangi düşünceyi sürekli beslerse o düşünce büyür. Sürekli korku konuşan bir zihin korku üretir. Sürekli şüphe konuşan bir zihin şüphe üretir. Bu yüzden alimler görünmeyen âlem konularının **ölçülü şekilde konuşulmasını**

tavsiye etmişlerdir.

Kur'an bize cinlerin ve şeytanın varlığını öğretir, fakat onların gücünü abartmamamızı da öğretir. Çünkü şeytanın insan üzerindeki etkisi zorlayıcı değildir; daha çok vesvese şeklindedir. Kur'an'da bu gerçek açıkça ifade edilir: Şeytanın insan üzerinde zorlayıcı bir gücü yoktur.

Bu hakikati bilmek insanı büyük bir psikolojik yükten kurtarır.

Mümin bilir ki her sıkıntının sebebi büyü değildir. Her hastalığın sebebi nazar değildir. Her huzursuzluk görünmeyen varlıklarla ilgili değildir. İnsan bazen yorulur, bazen stres yaşar, bazen psikolojik olarak zor bir dönemden geçer. Bunlar hayatın doğal parçalarıdır.

Paranoyadan korunmanın en önemli yolu **sebepler ile iman dengesini kurmaktır.**

İnsan önce doğal sebeplere bakar. Bir hastalık varsa doktora gider. Bir psikolojik sıkıntı varsa dinlenir, destek alır. Aynı zamanda dua eder, Allah'a sığınır. Bu denge sağlıklı bir imanın işaretidir.

İslam'da korunma yolları çok basittir ve herkes için açıktır. Sabah akşam okunan dualar, Kur'an okumak, özellikle Felak ve Nas sureleri, Ayetel Kürsi, namaz ve zikir… Bunlar müminin manevi kalkanıdır.

Ama burada önemli bir nokta vardır: **Bu korunma yolları korku için değil huzur için yapılır.**

Bir insan sürekli korkarak dua ederse kalbi daralır. Ama güvenle dua ederse kalbi genişler. Çünkü dua bir panik hali değil, bir teslimiyet halidir.

Tasavvuf büyükleri kalp konusunda çok güzel bir ölçü verir: "Kalp Allah ile doluysa korkuya yer kalmaz."

Bu yüzden mümin için en sağlıklı yol, görünmeyen âlemi

bilmek ama ona takılı kalmamaktır. İnsan sürekli cinleri düşünerek, büyü ihtimallerini hesaplayarak veya nazar korkusuyla yaşayarak huzur bulamaz. Böyle bir hayat kalbi yorar.

Gerçek huzur, Allah'ın korumasına güvenmekle gelir.

Bir insan şu bilinçle yaşadığında paranoyadan korunur:

"Allah korursa kimse zarar veremez. Allah izin vermezse hiçbir şey bana ulaşamaz."

Bu düşünce insanın kalbine büyük bir rahatlık verir.

Çünkü mümin bilir ki Allah kullarını sahipsiz bırakmaz. İnsan bazen zorluk yaşayabilir ama bu, görünmeyen karanlık güçlerin insana hükmettiği anlamına gelmez. Allah'ın kurduğu düzen bundan çok daha güçlüdür.

Paranoyadan korunmanın en güzel yolu kalbi **sürekli korku hikâyeleriyle değil, Allah'ın rahmetiyle beslemektir.**

Kur'an okumak, şükretmek, güzel düşünmek, hayatın nimetlerini görmek… Bunlar kalbi dengede tutar. İnsan zihni huzurla meşgul olduğunda korku düşünceleri zayıflar.

Sonunda insan şu gerçeği fark eder:

Asıl tehlike cinler değil, **korkunun kalbi ele geçirmesidir.**

Ve kalp Allah'a bağlandığında korkunun gücü yavaş yavaş kaybolur. Çünkü müminin kalbinde şu güven yerleşir:

"Ben yalnız değilim. Allah benimle."

35

Manevi güvenli alan oluşturmak

İnsan yalnızca fiziksel bir güvenliğe ihtiyaç duymaz. Evimizin kapısını kilitleriz, eşyalarımızı koruruz, tehlikelerden uzak durmaya çalışırız. Fakat çoğu zaman asıl ihtiyaç duyduğumuz şey **manevi güvenliktir**. Çünkü insanın kalbi güvende değilse, en güvenli görünen yerde bile huzursuzluk yaşayabilir.

Manevi güvenli alan, insanın kalbinde ve hayatında Allah'ın korumasını hissettiği bir ortam oluşturmasıdır. Bu, görünmeyen korkuların insanı esir almasını engelleyen bir iç huzur alanıdır. Böyle bir alan oluştuğunda insan hem zihinsel hem de ruhsal olarak daha dengeli olur.

Manevi güvenli alan oluşturmanın ilk adımı **kalbi Allah'a bağlamaktır**. İnsan kalbi boşluk sevmez. Eğer kalp Allah'ın zikriyle dolmazsa, korkularla, şüphelerle ve vesveselerle dolabilir. Bu yüzden günlük hayatta Allah'ı anmak kalbi sağlamlaştıran en önemli şeylerden biridir. Kısa bir zikir, içten yapılan bir dua veya Kur'an'dan birkaç ayet bile kalpte büyük bir sakinlik oluşturabilir.

İkinci adım **ev ortamını manevi olarak temiz tutmaktır**. İslam geleneğinde evlerin içinde Kur'an okunması, dua edilmesi

ve güzel sözlerin konuşulması tavsiye edilir. Çünkü evin atmosferi yalnızca eşyalarla değil, içindeki sözlerle ve niyetlerle de şekillenir. Kur'an okunan bir evde insanın ruhu daha huzurlu olur.

Peygamber Efendimiz (asm) evlerde özellikle bazı ayetlerin okunmasını tavsiye etmiştir. Bunlardan biri **Ayetel Kürsi**'dir. Hadislerde bu ayetin Allah'ın korumasına vesile olduğu ifade edilir. Aynı şekilde **Felak Suresi** ve **Nas Suresi** de müminin manevi korunma dualarıdır. Sabah ve akşam bu sureleri okumak kalpte güven duygusunu güçlendirir.

Üçüncü adım **zihni gereksiz korkulardan korumaktır**. Sürekli korku hikâyeleri dinlemek, karanlık olayları araştırmak veya görünmeyen âlemle ilgili takıntılı düşünceler geliştirmek insanın manevi güven alanını zayıflatır. Müminin kalbi korku hikâyeleriyle değil, Allah'ın rahmetiyle beslenmelidir.

Dördüncü adım **şükür ve olumlu bakış açısıdır**. İnsan hayatındaki nimetleri fark ettiğinde kalbi genişler. Şükür eden bir kalp karamsarlık üretmez. Çünkü şükür insanın dikkatini eksiklere değil, Allah'ın verdiği güzelliklere yöneltir.

Bir başka önemli nokta da **düzenli ibadettir**. Namaz, mümin için sadece bir ibadet değil aynı zamanda ruhu koruyan bir sığınaktır. Gün içinde beş vakit Allah'a yönelmek insanın iç dünyasında güçlü bir denge kurar. İnsan ne kadar yoğun veya zor bir gün geçirirse geçirsin, namaz onun kalbine yeniden huzur getirir.

Tasavvuf büyükleri bu konuda güzel bir benzetme yapar:

"Kalp bir şehir gibidir. Eğer o şehrin kapıları Allah'ın zikriyle korunursa düşman içeri giremez."

Bu düşman bazen vesvesedir, bazen korkudur, bazen de insanın kendi karamsar düşünceleridir. Manevi güvenli alan işte bu kapıları sağlamlaştırmaktır.

Sonuçta mümin için gerçek güvenlik duvarları taş veya demir değildir. Gerçek güvenlik **Allah'a güvenmek**, O'na sığınmak ve kalbi O'nun zikriyle canlı tutmaktır.

Böyle bir kalp yalnız kalmaz. İnsan bazen hayatın içinde zorluklar yaşayabilir ama iç dünyasında bir sığınak olduğunu bilir. O sığınak Allah'ın rahmetidir.

Ve insan o zaman şu duyguyu hisseder:

"Ben yalnız değilim. Rabbimin koruması benimle."

36

Tuvalet ve Banyonun Hijyeni

İslam'da temizlik çok önemli bir yer tutar. Peygamber Efendimiz (asm) temizliğin hem sağlık hem de iman açısından önemli olduğunu öğretmiştir. Bu yüzden ev içinde özellikle **tuvalet ve banyo** gibi alanların temiz tutulmasına büyük önem verilmiştir.

Tuvalet ve banyolar, doğal olarak kirin ve atıkların bulunduğu yerlerdir. Bu nedenle bu alanların **düzenli temizlenmesi**, kötü kokuların giderilmesi ve hijyenin korunması gerekir. Zeminlerin yıkanması, lavaboların ve klozetlerin temiz tutulması hem sağlık hem de yaşam kalitesi açısından önemlidir. Temiz bir banyo ve tuvalet, evin genel düzenini ve huzurunu da olumlu etkiler.

İslam kültüründe bu mekânlar yalnızca hijyen açısından değil, **edep açısından** da ele alınmıştır. Rivayetlerde, bu tür yerlerin temiz olmayan alanlar olduğu ve bazı zararlı varlıkların bulunabileceği ortamlar olabileceği ifade edilmiştir. Halk arasında da "cinlerin meskeni tuvalet ve banyolardır" şeklinde bir ifade kullanılır. Bu söz, insanların bu mekânlara

girerken **Allah'a sığınmasını hatırlatan bir uyarı** olarak anlaşılmalıdır.

Bu yüzden Peygamber Efendimiz (asm), tuvalete girerken Allah'a sığınmayı tavsiye etmiştir. Okunan dua şöyledir:

> ***"Allahümme innî eûzü bike minel hubsi vel habâis."***
> *"Allah'ım! Erkek ve dişi şeytanların şerrinden Sana sığınırım."*

Birçok Müslüman günlük hayatında bu duayı **Eûzü-Besmele** ile birlikte söyleyerek tuvalete veya banyoya girer. Yani kişi "Eûzü billahi mine'ş-şeytânirracîm, Bismillahirrahmanirrahîm" diyerek Allah'a sığınır. Bu, hem bir korunma duası hem de güzel bir edep davranışıdır.

Tuvaletten çıkarken ise Peygamber Efendimiz'in öğrettiği kısa dua vardır:

> ***"Gufrâneke."***
> *"Allah'ım, Senin bağışlamanı dilerim."*

Bu uygulama bize önemli bir bilinç kazandırır: Mümin insan hayatının en sıradan anlarında bile Allah'ı hatırlar. Yemek yerken dua eder, yolculuğa çıkarken dua eder, hatta tuvalete girerken bile Allah'a sığınır.

Elbette burada amaç korku üretmek değildir. Asıl amaç **temizlik ve edep bilincini canlı tutmaktır**. Tuvalet ve banyonun hijyenine dikkat etmek, gereksiz yere bu mekânlarda oyalanmamak ve girip çıkarken Allah'ı hatırlamak, İslam'ın öğrettiği güzel alışkanlıklardandır.

Mümin hem **beden temizliğine hem de manevi bilince** dikkat eder. Tuvalet ve banyoyu temiz tutar, girerken **Eûzü-**

Besmele çeker, çıkarken de Allah'a hamd eder. Böylece insan günlük hayatın en basit anlarında bile Rabbini hatırlamayı öğrenir.

37

Çarşamba Günü Hassassiyeti

Halk arasında ve özellikle havas ilmiyle ilgilenen bazı kişiler arasında, haftanın bazı zaman dilimlerine dair özel hassasiyetlerin bulunduğu ifade edilir. Bu konulardan biri de Çarşamba günü ile ilgili olan görüştür. Bazı havas hocaları, Çarşamba günü ikindi vaktinden başlayarak Perşembe günü ikindi vaktine kadar olan zaman diliminde görünmeyen âlemle ilgili bazı hareketliliklerin olabileceğini dile getirirler. Bu görüşe göre bu saatlerde cinlerin hareket alanının arttığı veya daha serbest oldukları söylenir. Bu nedenle bu zaman diliminde bazı davranışlar konusunda dikkatli olunması gerektiği tavsiye edilir.

Bu tavsiyeler genellikle kesin bir dini hüküm şeklinde değil, daha çok ihtiyatlı davranmayı öğütleyen geleneksel uyarılar olarak aktarılır. Özellikle bu vakitlerde mümkünse duş almamak, tırnak kesmemek veya besmele çekmeden kaynar su dökmemek gibi uyarılar yapılır. Kaynar su meselesi özellikle halk arasında sıkça dile getirilen bir konudur. Çünkü bazı anlatımlarda, dikkatsizce dökülen sıcak suyun görünmeyen varlıklara zarar verebileceği ve bunun da insanın rahatsızlık

yaşamasına sebep olabileceği söylenir. Bu yüzden birçok kişi, özellikle gece vakitlerinde veya bu tür hassas zamanlarda sıcak su dökerken besmele çekmeye dikkat eder.

Bu tür uygulamalar genellikle kültürel tecrübeler ve havas geleneğinde aktarılan bilgilerle ilişkilidir. Ancak bu konuların Kur'an'da veya sahih hadislerde açık bir şekilde yer almadığını da bilmek gerekir. İslam alimleri bu tür meselelerde ölçülü olmayı tavsiye ederler. Yani bu tür uyarılar tamamen red-dedilmeden, fakat kesin bir dini zorunluluk gibi de görülmeden değerlendirilmelidir. İnsan isterse ihtiyatlı davranabilir, fakat bunlara uyulmaması dinen bir günah anlamına gelmez.

İslam'ın öğrettiği temel korunma yolu aslında çok daha açıktır. Müminin en büyük sığınağı Allah'tır. İnsan günlük hayatında Allah'a sığınarak, dua ederek ve besmele ile hareket ederek manevi bir korunma bilinci kazanır. Özellikle sabah ve akşam okunan dualar, Kur'an tilaveti, Felak ve Nas sureleri gibi ayetler müminin manevi kalkanı olarak görülür. Bu uygulamalar, insanın kalbinde güven ve huzur oluşturur.

38

7. Bölüm — Nefsin Şerri: En Büyük Tehlike İçimizde

39

Dış düşmandan önce iç düşman

İnsan çoğu zaman hayatındaki tehlikeleri dışarıda arar. Kendisini kıskanan insanları, kötülük yapanları, görünmeyen varlıkları veya düşmanlık besleyen kimseleri düşünür. Oysa hakikat ehli alimler ve tasavvuf büyükleri şu gerçeği sıkça hatırlatmışlardır: İnsan için en büyük tehlike çoğu zaman dışarıdaki düşmanlar değil, insanın kendi içindeki düşmandır.

Bu iç düşman insanın **nefsi**, kontrolsüz arzuları, kibri, öfkesi ve gafletidir. Nefis, insanı yavaş yavaş yanlış yollara sürükleyebilir. Kişi dışarıdan gelen kötülüklere karşı tedbir alsa bile, eğer kendi nefsini terbiye etmezse içten gelen zaaflar onu daha büyük hatalara düşürebilir. Bu yüzden birçok alim, "En büyük mücadele insanın kendi nefsiyle olan mücadelesidir" demiştir.

Nefsin en tehlikeli yönlerinden biri insanı fark ettirmeden kandırabilmesidir. Bazen kişi kendisini çok doğru yolda zanneder ama içinde gizli bir kibir büyüyebilir. Bazen yaptığı ibadetle gururlanabilir, bazen başkalarını küçük görmeye başlayabilir. Bu durum fark edilmezse insanın maneviyatını zayıflatır. Dış düşman açıkça görülür; fakat iç düşman çoğu zaman insanın kalbinin içinde saklıdır.

Bu nedenle manevi hayatın temelinde **nefis muhasebesi** vardır. İnsan zaman zaman kendi kalbine dönüp bakmalıdır: Niyetim gerçekten Allah rızası mı? Yoksa gösteriş mi var? İçimde kibir veya üstünlük duygusu oluşuyor mu? Bu soruları sormak insanı dengede tutar. Çünkü kalp temizliği, dış tehditlerden korunmaktan çok daha önemli bir güvenliktir.

Aynı şekilde korku ve paranoya da bazen iç düşmanın bir parçası olabilir. İnsan sürekli görünmeyen varlıklardan korkmaya başlarsa, hayatını bu korkular yönetmeye başlar. Oysa gerçek iman insanı dengeli yapar. Mümin tedbir alır ama gereksiz korkuların esiri olmaz. Çünkü bilir ki hiçbir varlık Allah'ın izni olmadan zarar veremez.

İç düşmana karşı en güçlü silahlar ise **zikir, dua, tevazu ve samimiyettir**. Allah'ı anmak kalbi sakinleştirir. Dua insanın acziyetini hatırlatır. Tevazu kibri kırar. Samimiyet ise amellerin özünü temizler. Bu özellikler güçlendikçe nefis zayıflar ve insanın iç dünyası daha sağlam hale gelir.

İnsanın gerçek güvenliği yalnızca dış tehlikelerden korunmakla sağlanmaz. Asıl güvenlik kalbin temizliği ve nefsin terbiyesi ile oluşur. Kişi önce kendi iç dünyasını düzeltmeye çalıştığında, dışarıdan gelen tehlikeler de onu daha az sarsar. Çünkü güçlü bir kalp, en büyük korumadır.

40

Nefs-i emmare nedir?

İçimizde sürekli bizimle birlikte olan bir güç vardır; ona nefis deriz. Bu nefis, insanın doğuştan getirdiği bir enerji, bir eğilimdir ve yolunu kaybettiğinde bizi yanlış yollara sürükleyebilir. Tasavvufta nefis denilince akla gelen ilk mertebelerden biri **nefs-i emmare**dir. Bu nefis, "kötülüğe sürükleyen nefis" anlamındadır ve insanın çoğu zaman farkında olmadan kendi arzularına uymasına sebep olur. Öfke, kibir, bencillik, sabırsızlık gibi duyguların kaynağı genellikle bu nefis-i emmareye dayanır. İnsan dışarıdaki düşmanlardan korkarken, aslında en büyük tehlike çoğu zaman kendi içinde saklıdır; çünkü nefis-i emmare, fark edilmeden kişinin davranışlarını şekillendirir.

Kur'an'da nefis-i emmareye dair uyarılar vardır. Örneğin, Allah şöyle buyurur: *"Şüphesiz nefis, emrine uyar ve kötülüğü emreder."* (Yusuf Suresi, 12/53) İşte bu ayet, insanın içindeki mücadeleyi özetler. Nefis çoğu zaman mantığımıza, aklımıza veya vicdanımıza karşı gelir ve kolay olanı, arzularımızın peşinden gitmeyi ister. Bu yüzden dışarıdaki kötülüklere karşı ne kadar tedbirli olursak olalım, eğer nefsi terbiye etmezsek, içimizdeki düşman bizi çok daha fazla etkiler.

Tasavvufta ve İslam büyüklerinin öğretilerinde nefsi terbiye etmek, manevi olgunlaşmanın temel basamağı olarak görülür. Nefsi kontrol altına almak, sabrı, tevazuyu ve öz muhasebeyi hayatın bir parçası hâline getirmekle mümkündür. İnsan nefis-i emmareyi fark edip ona direnç gösterdikçe, nefsi daha yüksek mertebelere yükselir: **nefs-i levvame** olur, kendi hatalarını görebilir; en sonunda **nefs-i mutmainne** hâline gelir ve kalbi huzura kavuşur.

Günlük hayatta nefis-i emmareyle başa çıkmak için en büyük silahımız, Allah'a yönelmektir. Dua etmek, zikir çekmek, kalbi O'na bağlamak nefsi kontrol altına almayı kolaylaştırır. Helal ve doğru olanı tercih etmek, haramdan uzak durmak, öfke ve gurur gibi duygulara karşı dikkatli olmak, nefsi terbiye etmenin pratik yollarıdır. Unutmamak gerekir ki, dışarıdaki düşmanlar bazen görünür ve elle tutulur, ama nefis-i emmare çoğu zaman görünmezdir; fark edilmediğinde yavaş yavaş ruhumuzu zayıflatır.

İşte bu yüzden iman yolunda en büyük mücadele, dışarıya karşı değil, iç dünyamıza karşıdır. Nefis-i emmareyi tanımak, ona karşı bilinçli olmak ve onu Allah rızası için terbiye etmek, insanın hem ruhsal güvenliğini hem de manevi olgunluğunu sağlar. Çünkü güçlü bir kalp, en güvenli kaledir; dış tehlikeler ne kadar güçlü olursa olsun, nefsi kontrol altına alan kişi, Allah'ın koruması ve rahmetiyle her türlü sıkıntıya karşı sağlam durabilir.

41

Kendini sabote eden yönler

İnsan çoğu zaman kendi yolunu kendi elleriyle tıkadığını fark etmez. İçimizde, bizi durdurmaya, yavaşlatmaya veya yanlış yönlendirmeye çalışan görünmez bir güç vardır; buna çoğu zaman **kendi sabote eden yönlerimiz** deriz. Bu yönler, nefis-i emmareden beslenir ama yalnızca kötü niyetle değil, bazen yanlış alışkanlıklarla, korkularla veya bilinçsiz düşünce kalıplarıyla da ortaya çıkar. Örneğin, bir işte başarılı olmak isterken sürekli erteleme, sürekli kendini eleştirme, ya da "Ben bunu yapamam" demek, işte bunlar hep içten gelen, bizi körelten küçük sabotajlardır.

İnsan bazen farkında olmadan kendi içindeki eleştirmenle savaşır. Hep daha iyisini ister, fakat bu arayış bazen yolunu kaybettirir. Kendi değerini küçümsemek, yeteneklerini görmemek, fırsatları kendine kapatmak, işte bunlar ruhun sessiz sabotajlarıdır. Tasavvufta ve İslami öğretilerde, bu iç engelleri fark etmek, onları Allah'ın rızası ve rehberliğiyle düzeltmek büyük önem taşır. Çünkü kişi önce kendi iç dünyasını temizlemezse, dışarıdaki kötülüklere karşı ne kadar tedbirli olursa olsun, ruhu sarsılır.

Kendini sabote eden yönler çoğu zaman korkulardan beslenir. Başarısız olma korkusu, kabul görmeme endişesi, başkalarının ne düşüneceğiyle ilgili kaygılar, insanı hareketsiz bırakır. Oysa iman sahibi bilir ki, sonuçta her şey Allah'ın izniyle olur. Tevekkül ve teslimiyet, bu içsel sabotajları kırmanın en güçlü yoludur. Dua, zikir ve kalbi Allah'a bağlamak, insanın kendini sınırlayan düşünce ve duygularından kurtulmasını sağlar.

Aynı zamanda sabote eden yönler bazen **aşırı mükemmeliyetçilik veya kendini başkalarıyla kıyaslama** olarak kendini gösterir. İnsan kendi yolunda ilerlerken, başkalarının başarılarıyla sürekli kendini ölçerse, bu hem motivasyonunu düşürür hem de ruhsal dengesini bozar. Oysa her insan kendi kapasitesi ve kaderiyle değerlendirilir. Allah, kuluna yeterli kudreti ve imkanı verir; kişi bunu fark ettiğinde içsel sabotajları yavaş yavaş aşmaya başlar.

Kendini sabote eden yönler insanın içindeki görünmez düşmanlardır. Fakat iman, zikir ve nefis terbiyesi ile kişi bu yönleri tanıyabilir, fark edebilir ve yavaş yavaş dönüştürebilir. Kendi iç dünyasına dikkat eden, sabote eden yönlerini fark eden ve Allah'a sığınan insan, hem ruhsal olarak güçlenir hem de hayatta karşılaştığı zorluklara karşı daha dirençli hale gelir. İçsel düşmanını tanıyan kişi, dışarıdaki engelleri de daha sağlıklı ve bilinçli bir şekilde aşar.

42

Nefsi terbiye planı

İnsanın iç dünyasında en büyük mücadele, nefsiyle yaptığı savaştır. Nefsi terbiye etmek, sadece iradeyi güçlü kılmak değil, aynı zamanda kalbi Allah'a bağlamak, ruhu dengede tutmak ve hayatı bilinçli yaşamaktır. Bu süreç, bir yolculuk gibi adım adım planlanmalıdır; çünkü nefis her zaman hazırdır, bizi küçük zaaflarla ve günlük alışkanlıklarla sınar.

Öncelikle, nefsi tanımak gerekir. İnsan nefsinin hangi alanlarda zayıf olduğunu bilmeli: Öfke, kıskançlık, kibir, sabırsızlık, aşırı yemek, boş konuşmalar ya da gereksiz endişeler… Bunları fark etmek, terbiye sürecinin ilk ve en önemli adımıdır. Farkındalık olmadan nefsin üzerine gitmek, çoğu zaman onu daha da güçlendirir. Bu yüzden iç gözlem ve muhasebe, her gün yapılacak bir alışkanlık hâline gelmelidir.

İkinci adım, **küçük ama sürekli disiplinler oluşturmaktır**. Sabah ve akşam yapılan dualar, düzenli zikir, helal ve temiz kazanca odaklanmak, israftan kaçınmak nefsi dizginler. Nefis genellikle rahat olanı ister, ama terbiye sürecinde zorluklarla yüzleşmek gerekir. Örneğin öfke anında sabretmek, açgözlülük anında kanaatkâr olmayı seçmek, nefsi eğitmenin yolların-

dandır. Küçük zaferler birikir ve zamanla büyük dönüşümlere yol açar.

Üçüncü adım, **öz eleştiri ve tevazu**dur. İnsan kendi hatalarını görmeli ve bunları gizlemeye ya da başkasına yüklemeye çalışmamalıdır. Kendini eleştirebilmek, nefsin kendini büyütmesine engel olur. Tevazu, nefsi alçaltır ve kalbi saflaştırır. Bu ikisi birlikte, insanın ruhsal dengesi için en güçlü temeli oluşturur.

Dördüncü adım, **manevi rehberlik ve ilimle desteklenmektir**. Kitaplar, hadisler, tasavvufi öğretiler ve güvenilir hocaların nasihatleri, nefsi terbiye etmede yol gösterir. İnsan yalnız başına mücadele ettiğinde yorulur, ama manevi rehberlik ona hem yön verir hem de motivasyon sağlar.

Son olarak, nefsi terbiye etmek **sürekli bir farkındalık ve teslimiyet işidir**. İnsan zaman zaman geri düşebilir, hatalar yapabilir; önemli olan hemen vazgeçmemek, Allah'a sığınmak ve tekrar denemektir. Dua, sabır ve bilinçli zikir, nefsi terbiye eden insanı hem içsel huzura hem de hayatın her alanında dengeli davranmaya yönlendirir.

Kısacası nefsi terbiye planı, bir strateji ve günlük pratikler bütünüdür. Farkındalık, disiplin, öz eleştiri, manevi rehberlik ve sürekli teslimiyet ile nefis yavaş yavaş dizginlenir. Bu yolda ilerleyen kişi, hem iç dünyasında hem de dış hayatında güçlü, dengeli ve huzurlu bir mümin hâline gelir.

43

8. Bölüm — Ya Müntekim: İlahi Uyarı ve Sarsılış

44

İlahi intikam kavramını doğru anlamak

İnsanlar, haksızlığa uğradıklarında ya da kötülük gördüklerinde genellikle "intikam" kavramını düşünürler. Fakat insanın intikam duygusu çoğu zaman öfke, kibir ve sabırsızlıkla karışır; bu da kişinin ruhunu zedeler ve nefsi-i emmareyi besler. Oysa **İslami perspektifte ilahi intikam**, insanın gördüğü her kötülüğe karşı kendi iradesiyle değil, Allah'ın adaletiyle karşılık bulmasıdır. Bu kavramı doğru anlamak, kişinin hem iç huzuru hem de manevi olgunluğu için son derece önemlidir.

İlahi intikam, kişiye **direkt olarak zarar veren varlıklara karşı otomatik bir cezalandırma sistemi** değildir. Allah, her şeyi görür ve bilir; her kötülük, her niyet, her gizli plan O'nun ilmindedir. İnsan bazen gördüğü haksızlığa anlık tepki göstermek ister, fakat Allah'ın intikamı, zaman ve şekilde O'nun hikmetine bağlıdır. Burada esas olan, kişinin **öfkesini ve adalet duygusunu Allah'a bırakmasıdır**. Böylece insan hem ruhsal yükten kurtulur hem de haksız bir yargıya kapılmaz.

Tasavvufta bu kavram, kalbi sarsmak ama yok etmek değil, **hidayete ve hayra yönlendirmek** şeklinde açıklanır. Yani Allah, kötülükte inat eden kalpleri bazen sarsar, bazen olaylar

yoluyla uyarır; ama amacı onları yok etmek değil, onları doğruya, hayra ve tevbe kapısına yönlendirmektir. Bu, hem ilahi adaletin hem de merhametin dengesi olarak görülür.

İlahi intikamın bir diğer yönü de, insanın kalbindeki kin ve öfkeyi bertaraf etmesidir. Kendi adaletimizi sağlamak için çırpınmak yerine, **Allah'a teslim olmak**, kalbi ferahlatır. Çünkü kişi bilir ki, hiçbir kötülük O'nun izni olmadan gerçekleşmez ve hiçbir haksızlık karşılıksız kalmaz. Bu bilinç, insanı hem sabırlı hem de tevazu sahibi yapar.

İlahi intikamı doğru anlamak, insanın ruhunu korumasına ve nefsi-i emmareyi dizginlemesine yardımcı olur. Allah'ın adaletine güvenmek, kendi öfkesine esir olmamak ve kalbi temiz tutmak, insanı hem içsel olarak güçlü kılar hem de hayatın zorluklarına karşı direnç kazandırır. İlahi intikam, korkutucu değil; müminin kalbini sarsan ama yolunu doğruya çeken bir rahmet ve uyarı sistemidir.

45

Sarsılmanın rahmet oluşu

Hayat bazen öyle anlar getirir ki, sanki yer yerinden oynuyor, dünya bir anda dengesini kaybediyor gibi hissedersiniz. Bu anlar insanın ruhunu sarsar; bazen büyük kayıplar, bazen beklenmedik sınavlar, bazen de içsel çatışmalar… Çoğu insan bu sarsılmaları bir felaket, bir lanet gibi algılar. Oysa İslami bakış açısıyla **sarsılmak, çoğu zaman rahmetin bir işareti, kalbin temizlenmesi ve nefisin terbiyesi için bir vesiledir.**

Kalbimiz sıkıştığında, planlarımız altüst olduğunda, iç dünyamızda fırtınalar koptuğunda, Allah bizi uyarır, farkındalığımızı artırır. Bu sarsılmalar, kişinin **kendi yanlışıyla yüzleşmesine, hatalarını fark etmesine ve manevi olarak olgunlaşmasına** yardımcı olur. Tasavvufta bu, "sarsılmak ama yok olmamak" olarak ifade edilir. Kalp ne kadar sağlam olursa olsun, bazen sarsılmak gerekir ki dayanıklılık ve sabır pekişsin.

Sarsılmanın rahmeti, aynı zamanda insanı tevazuya ve Allah'a teslimiyete yönlendirir. İnsan her şeyi kendi iradesiyle kontrol edebileceğini düşündüğünde kibirlenir; oysa sarsılma anları, bize **her şeyin Allah'ın kudreti ve hikmetiyle yürüdüğünü**

hatırlatır. Böyle anlarda dua ve zikirle kalbi O'na yöneltmek, sarsılmayı bir imtihan değil, bir rahmet vesilesine çevirir.

Unutulmamalıdır ki sarsılmalar, bazen dış dünyadan gelir; bazen de içimizdeki nefis bizi zorlar. Her iki durumda da Allah'ın rahmetiyle yönlendirilmiş bir sarsılma, kalpteki fazlalıkları, kibirleri, öfkeyi ve gereksiz kaygıları siler. İnsan bu süreci fark ederek yaşadığında, ruhu daha hafif, kalbi daha güçlü ve hayatı daha bilinçli olur.

Sarsılmak bir felaket değildir; **manevi bir terbiye aracıdır.** Allah, bizi yok etmek için değil, olgunlaştırmak ve hayra yönlendirmek için sarsar. Bu bakış açısıyla sarsılmaları kabul eden ve içten teslim olan bir mümin, hem kalbini korur hem de hayatın tüm zorluklarına karşı direnç kazanır.

46

Kötülükte inat eden kalpler

İslam tarihinde bize örnek teşkil eden pek çok kişiden biri de Ebu Leheb'dir. Adı Kur'an'da açıkça geçer ve kötülükte inat etmenin sembolü olarak zikredilir. O, sadece peygamberimize düşmanlık etmekle kalmamış, kalbinde öyle bir direnç ve inat beslemişti ki, hiçbir akıl ve mantık onu doğru yola yönlendiremedi. İşte **kötülükte ısrar eden kalpler**, Ebu Leheb'in kalbi gibi, kendi nefsinin ve cehennemlik arzularının kölesi hâline gelir.

Kötülükte ısrar, çoğu zaman öfke, kibir, haset ve cehaletle beslenir. İnsan, kendi haksızlıklarını veya zararlı davranışlarını görmezden gelirse ve sürekli savunma mekanizmasıyla hareket ederse, kalbi sertleşir. Ebu Leheb'in yaptığı da budur; peygamberimize karşı kin ve öfkeyi bir yaşam biçimi hâline getirmiş, Allah'ın uyarılarını hiç dikkate almamıştır. Bu kalpler, sadece kendi zararını değil, çevresindekilerin de zarar görmesine yol açar.

İlahi açıdan baktığımızda, **kötülükte ısrar eden kalpler için Allah'ın hikmeti hem uyarı hem de sınavdır.** Bu kalpler bazen sarsılır, bazen farklı yollarla uyarılır; ama eğer

kişi dönmeyi kabul etmezse, kalp daha da sertleşir. Tasavvufta, böyle kalplerin sarsılması, onların hidayete yönelmesi için bir fırsattır. Ancak bu sarsılma rahmeti kabul etmeyenler için bir uyarıdır ve çoğu zaman dünyada ve ahirette sıkıntıya dönüşür.

Bizim için ders burada çok açıktır: Kalbimizde kötülükte inat eden yönler olmamalıdır. Öfke, kıskançlık, kin ve nefis arzularını sürekli beslemek, Ebu Leheb örneğinde olduğu gibi bizi hem dünya hem de ahirette zora sokar. Farkındalık ve nefis terbiyesi ile bu kalpleri yumuşatmak, hatalarımızı görmek, tevbe ve dua ile Allah'a yönelmek gerekir.

Kötülükte ısrar eden kalpleri gözlemlemek, aynı zamanda **kendi kalbimizdeki tehlikeleri fark etmemizi sağlar.** Belki de biz de bazı alanlarda Ebu Leheb gibi inatçı davranıyoruzdur; işte bu farkındalık, sarsılma ve iç muhasebe ile düzeltilmelidir. Böylece kalbimiz hem yumuşar hem de ilahi rahmetle korunur.

47

Adalet ve merhametin dengesi

Hayatın en hassas meselelerinden biri, **adalet ile merhameti dengede tutabilmektir**. İnsan kalbinde adalet duygusu, haksızlığa karşı durabilmeyi ve doğru olanı savunmayı sağlar. Merhamet ise başkalarının hatalarını görmezden gelme, affetme ve iyiliğe yönlendirme kapasitesidir. Fakat çoğu zaman insanlar ya sadece adaleti ön planda tutar ve sertleşir ya da sadece merhamete odaklanır ve hakkı gözetmez. İslam, bize hem adaleti hem de merhameti bir dengeyle yaşamayı öğretir.

Adaletin tek başına uygulanması kalbi sertleştirir. İnsan sürekli ölçüp tartar, hesap yapar ve bazen affetmeyi unutur. Merhamet ise, sadece affetmek değil; aynı zamanda rehberlik ve doğru yola yönlendirme demektir. Merhameti adaletle harmanlamak, hem kendimizi hem de başkalarını doğru yönlendirmemizi sağlar. Allah'ın sıfatlarında da bu dengeyi görürüz: O, hem adalet sahibidir hem de çok merhametlidir. Biz kullar olarak, bu ilahi örneği kendi hayatımıza taşımaya çalışmalıyız.

Kötülükte inat eden kalpler söz konusu olduğunda, adalet ve merhametin dengesi daha da önem kazanır. İnsan bir haksızlık

gördüğünde öfkeyle karşılık verebilir veya tamamen affedip olayı görmezden gelebilir. Oysa doğru olan, **önce haksızlığı durdurmak, adaletin gereğini yapmak; ama bunu yaparken de kalbi kırmamak, kişiyi hayra yönlendirmeye çalışmaktır.** Bu dengeyi sağlamak, hem nefsi terbiye eden bir süreçtir hem de toplum içinde huzuru ve güveni inşa eder.

Tasavvufi açıdan bakıldığında, adalet ve merhamet dengesi kalpte bir ölçü işlevi görür. Merhamet, kalbin yumuşamasını sağlar; adalet, kalbin sapmadan doğruda kalmasına yardımcı olur. Bu ikisi bir araya geldiğinde insan, hem kendine hem de başkalarına karşı sorumluluklarını eksiksiz yerine getirebilir. İhmal edilen bir taraf, nefsin veya kötü niyetli insanların kalbimizde oyun oynamasına zemin hazırlayabilir.

Adalet ve merhametin dengesi, müminin ruhsal olgunluğunun bir göstergesidir. İnsan hem doğruyu savunur hem de hataları affedip yönlendirebilir; hem haklıyı korur hem de kötülükte ısrar edenleri sarsar ama yok etmez. Bu dengeyi sağlamak, kalbi koruyan, ruhu olgunlaştıran ve insanı Allah'ın rızasına yaklaştıran bir yoldur.

48

9. Bölüm — Evliyalar, Manevi Yardım ve İlahi Sistem

49

Manevi destek nasıl anlaşılır?

Evliyalarla (Allah'a yakın kimselerle) ilgili "manevi destek" meselesi çoğu insanın merak ettiği ama kolay kolay acele karara bağlanmaması gereken bir alandır. Önce şunu netleştirelim: gerçek bir veli hiçbir zaman kendi varlığını ilahî bir kaynak gibi sunmaz; her zaman insanı Rabb'e yönlendirir. Evliya, Allah'a yakınlığı vasıtasıyla kalplere huzur, öze dönüş ve davet taşır — amaç her zaman kulun Allah'la münasebetini güçlendirmektir, kendine bağlamak değil. Eğer bir kişi veya zümre "bize dokunmadan kimse kurtulamaz" gibi iddialarda bulunuyorsa orada alarm çalmalı; gerçek evliya, kul ile Rabb'i arasına geçmez, aksine köprü değil yol gösterir.

Manevi destekten söz edildiğinde pratik olarak nelere bakmalıyız? Önce meyvelere bakılır: o kimseye yaklaşan insanlar daha mı şeffaf ve tevazu sahibi oluyor; ibadetleri, ahlâkı, aile ilişkileri düzeliyor mu; sabrı, kanaati, Allah'a tevekkülü artıyor mu? Evliyanın rehberliği gerçekse takipçilerinde samimi bir dönüşüm görülür — sözlerde şov değil, gündelik hayatta değişim vardır. Ayrıca huzur ve gönül rahatlığı sık rastlanan işaretlerdir; bir sohbet, bir duası veya varlığı insanın kalbinde

Allah'a dönme isteği uyandırıyorsa bu olumlu bir işarettir.

Ama iş sadece duygulara dayanmaz; ölçü şeriattır. Evliyaların söz ve amelleri Kur'ân ve Sünnet'le uyumlu mu? İtmaya çalıştığınız hâlde size haramı helal gösteren, bid'at ve hurafeyi normalleştiren yaklaşımlar var mı? Eğer öyleyse uzak durmak gerekir. Gerçek veliler, insanları Allah'ın kitabına ve Peygamber'in yoluna çağırır; yaptıkları işler ya şeriatle doğrudan çakışmaz ya da şeriat sınırları içinde kalır. Bu yüzden bir rehberin sözünü, davranışını ve çevresinin halini mutlaka dini ölçülerle test etmek lazım.

Bir diğer hassas nokta da tecrübedir: bazı insanlar rüyalar, tesadüfler veya geçici hislerle hemen "bu bir mûcizeydi, bu kesin evliya" diye atlarlar. Oysa mürâkabe ve sabır gerekir. Gerçek manevî destek çoğu zaman ani spektaküler hâllerle değil, uzun süreli sabit artışlarla kendini gösterir — kalpte devamlılık, amelde ısrar, nefiste yumuşama. Kısa süreli coşkulardan, mistik gösterilerden çok, zaman içinde ortaya çıkan istikrar güven vericidir.

Gizli âlemle ilgili tecrübeler geliyorsa ölçünüz şu olsun: sizi Allah'a mı yaklaştırdı yoksa korkuya mı itti? Vicdanınızı, ibadetlerinizi, aile bağlarınızı güçlendirdiyse buna dikkat; sizi olağan dışı bir bağımlılığa, itaat etmeden önce aklı ve şer'i sorgulamamaya yönelttiyse kaçın. Evliya, müridini "senin iyi oluşun için ne yaparsın?" sorusuna cevap verebilecek biri olmalıdır — duasıyla, nasihatıyla, örnek hayatıyla insanı daha iyiye taşımalıdır.

Pratik adımlar isteyenler için birkaç basit kural: bir rehbere veya "manevî destek" sunana yaklaşmadan önce kendi ibadetlerinizi sağlamlaştırın; Kur'ân-ı Kerim, sabit dualar ve farz namazlar vazgeçilmez önceliğiniz olsun. Tanıştığınız kişinin ilim yönünü, halini, çevresini ve söylediklerinin şeriata uy-

gunluğunu öğrenin; güvenilir alimlere veya kanaatkar âriflere sorun. Şayet bir mürşide bağlanmayı düşünüyorsanız sabırlı olun, acele karar vermeyin; birkaç ay takip edin, meyveleri gözlemleyin. Ve her adımda kalbinizi Allah'a teslim edin: "Ben yalnızca O'na muhtacım" diyebilen bir kul, kimseyi ilâhlaştırmaz.

Manevi destek gerçek ve faydalı olabilir; insanı yalnızlıktan çıkarır, kalbe merhamet, amele istikamet verir. Fakat bu desteği ararken aklı ve şeriati elden bırakmamak gerekir. Evliyanın işareti, insanı Rabb'ine bağlamasıdır; eğer tersi oluyorsa uzaklaşmakta hayır vardır. Kalbinizi koruyun, hâlinizi, niyetinizi ve amelinizi sürekli muhasebe edin; gerçek rehberlik sizi Allah'a yaklaştıran, eteğinden tutturup değil, elinizden tutup yürüten rehberliktir.

50

Evliya bilinci

Evliya bilinci, müminin kalbinde Allah'a yakınlığı ve manevi rehberliği fark etmesiyle başlar. Bu bilinç, sadece tarihî veya mistik bir kavram değildir; günlük hayatın içinde, insanın kendi kalbinde ve çevresindeki insanların iyiliğinde tezahür eder. Evliyalar, Allah'a yakınlığı vesilesiyle kalplere huzur taşır, doğru yolu gösterir ve manevi bir destek sağlar. Ancak evliya bilinci, onları ilahî bir varlık olarak görmek değil, **Allah'a yakınlığı olan, örnek yaşam süren ve insanları Rabb'e yönlendiren kişiler olarak tanımak** demektir.

Bu bilinç, kişinin manevi gözünü açar ve hayatı daha derin bir farkındalıkla yaşamayı öğretir. Evliyaların sözleri ve davranışları, kalpte bir ışık yakar; insan, "bu yol doğru mu?" sorusunu sormayı ve hatalarını düzeltmeyi öğrenir. Evliya bilinci, aynı zamanda tevazu ve sabırla ilgilidir. Gerçek evliyalar kibirli değildir, gösteriş peşinde koşmazlar; sadece Allah'ın rızasını gözetirler. Bu farkındalık, müminin hem kalbini korumasına hem de manevi rehberliğe değer vermesine yol açar.

Evliya bilinci, **manevi rehberlik ile kendi sorumluluğumuzu karıştırmamak** anlamına da gelir. Bir evliya bize yol gösterir, uyarır, dualarla destek olur; ama her adımda sorumluluk bizimdir. Bu bilinç, insanın pasifleşmesini engeller; aksine daha aktif bir manevi mücadele, daha derin bir ibadet ve nefis terbiyesi süreci başlatır.

Evliya bilinci, Allah'a yakın olanları tanıyabilmek, onların rehberliğini takdir edebilmek ve bu rehberliği kendi hayatımıza aktarabilmektir. Bu bilinç, kalbi saran huzur, manevi güven ve yol gösterici ışık olarak müminin hayatında yer bulur.

51

Günün müvekkilleri kavramı

Günün müvekkilleri (koruyucu melekler) fikri, tasavvufî ve halkî geleneğin içinde insanların günün ritmine göre manevî bir bağ kurma biçimlerinden biridir. Bu anlayış, her günün bir manevî rütbesi, bir himaye çemberi olduğunu hissettirir; sabah kalktığında, gece uyumadan önce veya günün dönüm noktalarında o günün müvekkiline salât-selam göndererek hem niyeti tazelemek hem de kalbi bir koruma duygusuna yerleştirmek amaçlanır. Burada esas olan, bir rutini ibadet hâline dönüştürmek; kalbin Allah'a yönelmesini kolaylaştıracak küçük pratikler oluşturmaktır.

Bu uygulamayı benimsemek isteyenler için temel düsturlar şunlardır: niyet her şeyin başıdır — niyet "Allah'ın korumasını dilerim, kalbimi huzura erdir" olmalıdır. Bu tür salâvatlar, duasal salamlardır; onları okurken içtenlik, tevazu ve teslimiyet varsa etkisi artar. Ayrıca bunları tek başına "garanti" gören bir yaklaşım sakıncalıdır: günün müvekkiline selam göndermek Kur'ân, sünnet ve sabit dualarla beraber yürütülecek bir mana pratiğidir, şeriî ibadetlerin yerine geçmez. Bilakis en sağlam koruma, farz namaz, zikr, Eûzü-Besmele, Ayetel Kürsi ve

Muavvizeteyn gibi Kur'ânî ve Sünnetî uygulamalardır.

Pazar günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Rukyail ve Muzhib ve Elcidyail ve Lilathatil.

Pazartesi günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Cebrail *ve Ebyed ve Zehbail ve Muhtehteyl.*

Salı günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Semsemail ve Ahmer ve Taykilyail ve Kahtahtil.

Çarşamba günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Mikail *ve Berkan ve Mense'iyail ve Fahtehtail.*

Perşembe günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Sarfeyail ve Şemhureş ve Feskaryail ve Fehehtatail.

Cuma günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Anyail ve Ebyed ve Şeteşheyail ve Lecehtatil.

Cumartesi günü için selâvat:

Allahumme salli ve sellim ve barik ala seyidina Kesfeyail ve Malik Meymun ve Zed'adyail ve Cettatail.

Bu salâvatları okurken acele etme; içine iman, tevekkül ve saadet niyeti koy. Her günün uygulamasını "kopya-yapıştır" gibi mekanik okumamak, her cümlede kalbin hangi duayı söylediğini hissetmek çok önemlidir. Ayrıca unutma ki bu tür uygulamalar, tasavvufî çevrelerde aktarılan tecrübelerden gelir — sağlam dinî kaynaklarla (Kur'ân ve sahih Sünnet) uyumunu sorgulamak, îtikat açısından şüphe varsa bir âlim veya güvenilir bir mürşide danışmak her zaman yerindedir.

Manevî destek ararken iki hataya düşmemek lazım — birincisi, sahte otoritelere bağlanıp Allah-ı aracılaştırmak; ikincisi de tüm manevi tecrübeleri tamamen reddetmek. Orta yol, yani kalbi Allah'a bağlayıp ölçülü, şer'î ve aklî bir tavırla bu tür pratikleri değerlendirmek, en sağlam yoldur.

52

İlahi düzen içinde güven duymak

İlahi düzenin farkında olarak yaşamak, insanın kalbinde derin bir huzur ve güven hissi oluşturur. Dünyadaki her olay, her tesadüf gibi görünen karşılaşma aslında Allah'ın iradesiyle meydana gelir; hiçbir şey O'nun izni olmadan gerçekleşmez. Mümin, bu gerçeği kavradığında, "**Her şey O'nun kontrolünde, bana zarar gelmeyecek**" duygusunu taşır ve kalbi sakinleşir. Güven, pasif bir bekleyiş değil; bilinçli bir teslimiyet ve sorumluluk bilincidir.

İlahi düzen içinde güven duymak, insanı korkulardan ve paranoyadan korur. Günlük hayatta başımıza gelen sıkıntılar veya karşılaştığımız kötü niyetli insanlar, nazar, haset gibi olumsuzluklar karşısında paniğe kapılmak yerine, mümin bilir ki her şey Allah'ın bilgisi ve kontrolü altındadır. Bu bilinç, hem iç dünyayı korur hem de insanın doğru kararlar almasını sağlar.

Bu güveni tesis etmek için kalbi sürekli Allah'a yönlendirmek gerekir. Zikir, dua, Kur'ân tilaveti ve sünnet uygulamaları, kalpte sarsılmaz bir huzur ve güven duygusu inşa eder. Allah'a güvenen bir insan, hem kendi nefsini kontrol edebilir hem de çevresindeki görünmez tehlikelere karşı sarsılmaz bir duruş

sergiler.

Tasavvufi açıdan bakıldığında, ilahi düzenin bilincine varmak, insanın **sarsılmadan teslim olmasını sağlar**. Evliyaların, mümin cinlerin ve günün müvekkillerinin desteği, bu güven duygusunu güçlendirir; fakat esas olan her zaman Allah'a teslimiyet ve O'na güvenmektir. Çünkü gerçek güven, kişinin kendisini değil, yalnızca Rabb'ini dayanak noktası olarak görmesinden doğar.

İlahi düzenin farkında olarak yaşayan mümin, ne dışarıdaki kötülüklerden ne de kendi nefsinin oyunlarından korkmaz. Bilakis her olayda Allah'ın hikmetini görmeye çalışır ve kalbinde sarsılmaz bir huzur oluşturur. Böylece, hayatın dalgalı denizinde bile insan, fıtratıyla barışık, emin ve güçlü bir şekilde yoluna devam edebilir.

53

Evliyadan Medet İstemek

Evliyadan medet istemek konusu, tasavvufî ve İslami literatürde sıkça tartışılan ama doğru anlaşıldığında kalbe derin bir huzur veren bir meseledir. Öncelikle şunu netleştirelim: **Evliyadan medet istemek, Allah'tan yardım istemeyi engellemez; aksine, bir vesileyle Allah'a yönelmeyi kolaylaştırır.** Gerçek evliyalar, insanları Rabb'e yaklaştıran rehberlerdir; onların duası, nasihati ve manevi varlığı, kulun Allah'a yönelmesine yardımcı olur.

Manevi olarak medet istemek, kalbin teslimiyetini güçlendirir. İnsan, bir evliyaya yöneldiğinde, yalnız olmadığını ve Allah'ın lütfunun vesilesiyle desteklendiğini hisseder. Bu, özellikle kalbin kararsız, nefisle mücadelede zorlandığı veya manevi bir sıkıntı yaşadığı anlarda büyük bir teselli kaynağıdır. Ancak medet istemek, **evliyayı ilahî bir merci olarak görmek** anlamına gelmez. Burada esas olan, evliyanın Allah'ın izniyle vesile olduğunu bilmektir. Medet isterken niyet daima Allah'a yöneliktir; evliya, sadece bu yönelişi kolaylaştıran bir aracıdır.

Pratikte bu, bir evliyadan dua talep etmek, onun duasını almak, öğütlerini dinlemek veya manevi rehberliğine başvur-

mak şeklinde olabilir. Örneğin, bir kişi sıkıntı veya hastalık karşısında Hz. Evliya'nın dua ve nasihatini alabilir; ama bilmelidir ki asıl koruyan ve şifa veren Allah'tır. Bu bilinçle yaklaşan insan, hem teslimiyet hem de sorumluluk bilinciyle hareket eder.

Evliyadan medet istemenin bir diğer boyutu, **sabır ve tevekkülü artırmasıdır**. İnsan, yalnız olmadığını bilir ve Allah'ın iradesinin yanında vesileler olduğunu fark eder. Bu farkındalık, kalbi güçlendirir, stresten ve umutsuzluktan uzaklaştırır. Ayrıca manevi gözlem yeteneğini artırır; kişinin hangi davranış ve adımların hayra, hangilerinin zarar ve sapkınlığa yol açtığını anlamasına yardımcı olur.

Evliyadan medet istemek; **Allah'a teslimiyetin, sabrın ve manevî farkındalığın bir parçasıdır.** Bu yaklaşım, kulun kalbini sarsılmaz bir güvenle donatır, nefsi terbiye eder ve ruhsal olarak güçlendirir. Önemli olan, her zaman şunu bilmektir: gerçek güç ve koruma yalnızca Allah'ındır; evliya ise bu gücü hatırlatan ve ona yönlendiren bir rehberdir.

54

10. Bölüm — Korunan İnsan Modeli

55

Ruhsal bağışıklık sistemi

Ruhsal bağışıklık sistemi, tıpkı bedenimizin fizyolojik bağışıklık sistemi gibi, manevi hayatta bizi zararlardan koruyan bir mekanizmadır. Fakat burada korunma, mikrop veya virüslerden değil; **nazardan, hasetten, kötü niyetli insanların etkilerinden, şeytanın hilelerinden ve nefsimizin şerrinden** kaynaklanan manevi ve psikolojik tehditlerle ilgilidir. Bir müminin kalbi, sabır, teslimiyet ve bilinçli zikir ile güçlendirildiğinde, bu manevi bağışıklık sistemi sağlamlaşır ve ruh sarsılmaz hale gelir.

Ruhsal bağışıklığın temeli, **Allah'a teslimiyet ve güven**dir. "Senden başka koruyacak yok" diyebilen bir kalp, dışsal tehditler karşısında paniğe kapılmaz; zira bilir ki, her şey Allah'ın kontrolündedir. Bu bilinç, insanın korkularını yatıştırır ve kalbin derinliklerinde bir güven duygusu oluşturur. Nitekim, ruhsal bağışıklığı güçlü olan kişiler, kötülüğe karşı pasif kalmaz; aksine, doğru adımlar atar, nefis ve içsel zorluklarla mücadele eder, kalbini tahkim eder.

Günlük pratiklerle ruhsal bağışıklık desteklenebilir. Düzenli zikir, dua, Kur'ân tilaveti, Muavvizeteyn'in okunması, kalbi

olumsuz enerjilerden korur ve manevi direnci artırır. Bunun yanında, nazar, haset veya kötü niyetli insanlarla karşılaşan kişi, bu durumları bir imtihan ve Allah'ın takdiri olarak görür; panik veya endişeye kapılmaz. Böylece ruh, sarsıntılardan etkilenmeden dengede kalır.

Ruhsal bağışıklığın bir diğer yönü, **nefsi terbiye ve bilinçli farkındalıkla güçlenmesidir.** İnsan, kendi içindeki şerrin farkında olup onu terbiye ettikçe, dışsal tehlikelere karşı da daha dayanıklı hale gelir. Kalp, kendi içindeki hileleri tanır ve kontrol altına alırsa, dışarıdan gelen manevi saldırılar da etkisiz kalır. Bu, nefsin terbiye edilmesi ve kalbin tahkim edilmesiyle doğrudan ilgilidir.

Ruhsal bağışıklık sistemi sadece bireysel bir mesele değildir; toplumsal ve manevi çevreyle de ilgilidir. Evliyaların duası, mümin cinlerin desteği ve günün müvekkilleri gibi ilahi vesileler, ruhsal bağışıklığı kuvvetlendirir. Ancak unutulmamalıdır ki, esas güç **Allah'tan gelen koruma ve rehberliktir.** Vesileler sadece bu gücü hatırlatan araçlardır.

Ruhsal bağışıklık sistemi, kalbi sarsılmaz kılar, nefsi terbiye eder ve manevi farkındalığı artırır. Böylece insan, hayatın belirsizlikleri ve manevi tehditleri karşısında güçlü, emin ve huzurlu bir şekilde yoluna devam edebilir.

56

Günlük zikir ve bilinç pratikleri

(10) Lâ ilâhe illallâhü vahdehûlâ şerîkeleh lehül mülkü velehül hamdü ve hüve alâ külli şey in gadîr.

(1) Lâ ilâhe illallâhü vahdehû lâ şerîkeleh lehül mülkü velehül hamdü yuhyî ve yümîtü ve hüve hayyül lâyemût biyedihil hayr ve hüve alâ külli şey in gadîr.

(11) Sübhânellâhi velhamdü lillâhi velâ ilâhe illallâhü vellâhü Ekber. Velâ havle velâ guvvete illâ billâhil aliyyül azîm.

(11) Subbûhun guddûsur rabbünâ verabbül melâiketi verrûh.

(11) Lâ ilâhe illâ ente subhâneke innî küntü minezzâlimîn.

(11) Hasbiyallâhü lâ ilâhe illâ hüve aleyhi tevekkeltü vehüve rabbül arşil azîm.

(10) Hasbünallâhü veni'mel vekîl ni'mel mevlâ veni'men nesîr.

(1) Hasbünallâhü veni'mel vekîl ni'mel mevlâ veni'men nesîr. Ğufrâneke rabbenâ ve ileykel mesîr.

(11) Allâhümme salli alâ seyyidinâ Muhammed.

Bu zikirler sabah ve akşam parantez içerisindeki sayı miktarınca çekilir. Bu mübarek zikirler; peygamberlerin tesbihi, zikri, virdidir. Bu zikirlere devam edildiği

takdirde denilmiştir ki; kişinin maneviyatı artar, duaları kabul olur, dünyalık ve ahiretlik tüm sıkıntıları kalkar, ilham kapıları açılır ve kalbine hikmet ilmi verilir, yer ve gök ehlinin sevgisini celp eder, Allah'u Teala'nın sevgisini kazanır. İnşaAllah-u Teala.

Kaynak: Hasan Basri Kıymaz

57

Kalp muhafaza planı

Kalp, insanın hem ruhsal hem de manevi hayatının merkezidir. Nasıl bedenimizi hastalıklardan korumak için çeşitli önlemler alıyorsak, kalbimizi de manevi ve psikolojik tehditlerden korumak için bilinçli bir plan oluşturmamız gerekir. Kalp muhafaza planı, işte bu farkındalık ve sistematik yaklaşımı içerir; sadece kendimizi dış tehditlerden değil, nefis, vesvese, haset ve nazar gibi içsel ve manevi tehlikelerden de korumamıza hizmet eder.

Öncelikle kalbi korumanın temel şartı, **Allah'a tam bir teslimiyet ve güven** duymaktır. Kalp, Allah'ın gözetimi altında olduğunu bilirse, korkular ve kaygılar azalır, huzur artar. "Senden başka koruyacak yok" diyebilmek, kalbin en güçlü tahkimlerinden biridir. Bu teslimiyet, kalbin manevi bağışıklık sistemini sürekli aktif kılar ve olumsuz enerjilere karşı direnç sağlar.

Kalbi muhafaza etmenin ikinci ayağı, **günlük zikrin ve bilinç pratiklerinin düzenli olarak uygulanmasıdır.** Sabah ve akşam yapılan Muavvizeteyn ve diğer tavsiye edilen zikirler, kalbi manevi olarak güçlendirir ve kötü enerjilere karşı bir kalkan oluşturur. Bu zikirlere devam eden kişi, sadece Allah'a

yakınlaşmakla kalmaz; aynı zamanda kalbinin manevi hassasiyetini artırır, nefsi ve zihni olumsuz etkilerden uzak tutar. Zikir, kalpteki karanlık ve kaygıyı dağıtır, manevi farkındalığı artırır, huzur ve denge sağlar.

Üçüncü adım, **nefsi terbiye ve içsel muhasebedir.** Kalp, dış tehditlere karşı korunmadan önce, kendi içindeki şerre karşı dayanıklı olmalıdır. Nefs-i emmareye teslim olmamak, düşünceleri ve duyguları kontrol etmek, kıskançlık, öfke ve kibir gibi olumsuz eğilimleri fark etmek ve düzeltmek, kalbin tahkimi için hayati önemdedir. Bu farkındalık, kalbin hem içsel hem de dışsal saldırılara karşı daha dirençli olmasını sağlar.

Dördüncü adım, **manevi vesileleri kullanmaktır.** Evliyaların duası, günün müvekkilleri ve mümin cinlerin desteği, kalp muhafaza planının görünmeyen destek noktalarıdır. Bu vesileler, kalbi koruma ve güçlendirme işlevini pekiştirir. Ancak her zaman bilinmelidir ki esas güç ve koruma Allah'tandır; vesileler sadece Allah'ın lütfunun tecelli ettiği yollar olarak işlev görür.

Beşinci ve son adım, **çevresel ve günlük alışkanlıkların düzenlenmesidir.** Tuvalet ve banyonun hijyenine dikkat etmek, Euzübesmele ile girip çıkmak, zararlı enerjilerin yoğun olduğu zamanlarda dikkatli olmak, kalbin manevi temizliğini destekler. Ayrıca nazar, haset ve kötü niyetli kişilerden korunmak için bilinçli davranmak, kalbi sarsan olaylar karşısında panik yapmamak, manevi güvenli alanlar oluşturmak da kalp muhafazasının bir parçasıdır.

Kalp muhafaza planı; **teslimiyet, düzenli zikir, nefsi terbiye, manevi vesilelerin kullanımı ve çevresel farkındalık** üzerine kurulu bir sistemdir. Bu planı uygulayan kişi, kalbini sadece dünyevi kaygılardan değil, manevi tehditlerden de korur, ruhsal bağışıklığını güçlendirir ve her durumda sarsılmaz bir

güven ve huzur içinde yaşar. Kalp muhafaza planı, müminin hem dünyevi hem de uhrevi hayatında rehberlik eden, ruhu ve maneviyatı sürekli tahkim eden bir yol haritasıdır.

58

Huzurlu ama güçlü bir mümin olmak

Huzur ve güç, bir müminin hayatında birbirini tamamlayan iki temel özelliktir. Bir insan yalnızca güçlü olduğunda mı başarılı olur, yoksa sadece huzurlu olduğunda mı? Hayır, gerçek denge, **hem içsel sükûnet hem de manevi ve ruhsal güç** ile mümkün olur. Huzurlu ama güçlü bir mümin, hayatın fırtınaları karşısında sarsılmaz; nefsin oyunlarına, şeytanın hilelerine, haset ve nazarın etkilerine karşı sağlam bir duruş sergiler.

Huzur, kalbin teslimiyetinden doğar. "Senden başka koruyacak yok" diyebilen bir kalp, dışarıdaki olumsuzluklar karşısında endişeye kapılmaz, sarsılmaz. Bu huzur, insanın kendi iç dünyasında güvenli bir sığınak oluşturmasına yardımcı olur. Günlük zikir ve bilinç pratikleri, kalbi Allah'ın korumasına teslim ederek, huzurun sürekli hâle gelmesini sağlar. Huzur, aynı zamanda kalbin farkındalık seviyesini yükseltir; insan, nefsin fısıltılarını, çevresinin olumsuz enerjilerini ve görünmeyen tehditleri daha kolay tanır.

Güç ise, yalnızca fiziksel veya maddi bir dayanıklılık değildir. Manevi güç, kalbin tahkimi ve nefsi terbiye ile ortaya çıkar.

Nefs-i emmareye karşı koyabilmek, kalbi sabır ve irade ile donatmak, kişinin maneviyatını derinleştirir. Ayrıca, evliyaların duası, günün müvekkilleri ve Allah'ın görünmeyen yardım orduları, müminin manevi gücünü destekleyen vesilelerdir. Bu güç, insanın sadece kendini korumasına değil; aynı zamanda başkalarına da faydalı olmasına imkan tanır.

Huzurlu ama güçlü bir mümin olmak, aynı zamanda dengeyi bilmektir. İnsan ne aşırı korkak olmalı, ne de kibirli bir cesaret göstermelidir. Kalp sarsılabilir, dışarıdan olumsuz etkilere maruz kalabilir; fakat iman, teslimiyet ve bilinçli uygulamalar sayesinde bu sarsıntılar yıkıcı olmaz. Böyle bir mümin, hem içsel sükûnetini korur hem de yaşamın her alanında dirayetli bir şekilde hareket eder.

Bunun pratiği, günlük hayatın basit ama etkili adımlarında gizlidir: düzenli zikir ve dua, nefsi muhasebe, manevi vesilelerden destek alma, çevresel farkındalık ve kalbi temiz tutma… Hepsi bir zincirin halkaları gibidir; her biri güç ve huzuru birlikte inşa eder.

Huzurlu ama güçlü bir mümin, **Allah'a tam teslimiyet içinde yaşayan, kalbi sarsılmaz, nefsi kontrol altında tutan ve manevi bağışıklığı yüksek olan bir kişi**dir. Bu denge, hem dünyevi hem de uhrevi hayatta rehberlik eder; insana hem güven hem de sükûnet kazandırır. Böyle bir kişi, hem kendi ruhunu hem de çevresini olumlu bir enerjiyle besleyerek, Allah'ın rahmet ve inayeti altında yoluna devam eder.

59

Korunma Surelerini Vird Edinmek

Müminin ruhunu ve kalbini koruması sadece zihinsel farkındalıkla sınırlı değildir; manevi olarak da bir kalkan oluşturmak gerekir. İşte bu noktada **korunma surelerini vird edinmek**, hem kalbi hem de zihni olumsuz etkilerden koruyan güçlü bir yöntemdir. Bu sureler, Allah'ın koruyucu kelamını her daim hatırlamak ve kalbe yerleştirmek için bir vesiledir.

Öncelikle **Muavvizeteyn**, yani **Felak ve Nas Sureleri**, korunmanın en bilinen iki manevi kaynağıdır. Bu sureleri okumak, Allah'a sığınmanın ve manevi kalkan kurmanın en temel yoludur. Günlük olarak sabah ve akşam bu sureleri okumak, sadece nazar, haset, büyü gibi dışsal etkilere karşı değil; aynı zamanda nefsi emmare ve vesvese gibi içsel düşmanlara karşı da koruma sağlar. Kalbin bu surelerle beslenmesi, huzur ve güvenin sürekli olmasını destekler.

Bunlara ek olarak **Ayetel Kürsi**, iman eden her kişi için hem koruyucu bir zırh hem de Allah'ın kudretini hatırlatan bir vesiledir. Ayetel Kürsi'nin vird olarak düzenli okunması, hem meleklerin korunmasını davet eder hem de kalbi manevi bir güvenlik sistemine bağlar. Özellikle evden çıkarken, gece

yatarken ve önemli işler öncesinde bu virdin okunması, Allah'ın korumasının her an hissedilmesini sağlar.

Korunma surelerini vird edinmek, yalnızca sözden ibaret bir tekrar değildir. Kalpte **niyet, farkındalık ve teslimiyet** ile birlikte okunduğunda etkisi artar. Bu sureleri okurken, kalbin Allah'a yönelmesi, O'na sığınması ve yalnızca O'na güvenmesi gerekir. İşte bu bilinç, virdin manevi gücünü katbekat artırır.

Ayrıca, korunma surelerini vird edinmek, günlük yaşamın bir parçası hâline geldiğinde, kişi hem görünmeyen aleme karşı hem de içsel dünyasına karşı sürekli bir tedbir uygulamış olur. Bu uygulama, **kalbi tahkim etmek**, ruhsal bağışıklık sistemini güçlendirmek ve manevi güvenli bir alan oluşturmak açısından eşsiz bir pratiktir.

Korunma surelerini vird edinmek; **Allah'a sığınmanın, kalbi ve zihni negatif etkilerden korumanın ve manevi huzuru sürekli kılmanın** en etkili yollarından biridir. Günlük olarak bu sureleri okumak, müminin hem dış tehditlere hem de içsel tehlikelere karşı korunmasını sağlar ve onu huzurlu, bilinçli ve güvenli bir hayat yoluna taşır.

60

Kuran-ı Kerim Okunan Evin Huzuru

Ev, sadece bir barınak değil; kalplerin, aile bağlarının ve günlük hayatın merkezi olarak manevi enerjilerin yoğunlaştığı bir mekândır. İşte bu nedenle evde **Kur'an-ı Kerim okumak**, sadece bir ibadet değil, aynı zamanda evin ruhunu, enerjisini ve huzurunu tahkim eden güçlü bir uygulamadır. Özellikle **Bakara Suresi, Yasin, Fetih ve Tahrim** gibi surelerin okunması, hem görünür hem de görünmeyen tehlikelere karşı bir kalkan oluşturur.

Bakara Suresi, evde okunmasıyla cinlerin ve kötü enerjilerin girmesini engelleyen bir muhafaza niteliği taşır. Hadislerde belirtildiği üzere, evin her köşesinde Bakara Suresi okunduğunda şeytanın uzaklaştığı, ev halkının kalbinin ve ruhunun güvence altına alındığı ifade edilmiştir. Sadece bireyler değil, evin bütün enerjisi, bu sureyle Allah'ın koruyucu kudretiyle doldurulur.

Yasin Suresi, hem ölüler hem de yaşayanlar için manevi bir şifa ve huzur kaynağıdır. Evde Yasin okunması, manevi atmosferi yumuşatır; kalplerdeki kaygıyı azaltır, aile üyeleri arasında sevgi, sabır ve anlayışı artırır. Yasin, ev halkının manevi gözlerini açar ve manevi farkındalığı artırır; adeta evin

kalbini güçlendirir.

Fetih Suresi, manevi zafer ve başarıyı çağrıştırır. Evde bu surenin okunması, hem maddi hem manevi olarak bereketin ve kolaylığın kapılarını açar. Zorluklarla karşılaşıldığında, evin içindeki bu manevi enerji, sabır ve metanet sağlayarak huzurun devamını destekler.

Tahrim Suresi, özellikle aile içi düzen ve ahlak için önemlidir. Evde okunması, bireylerin kalplerinde Allah korkusu ve sorumluluk bilinci oluşturur. Bu sure, ev halkının birbirine karşı olan sabır, merhamet ve anlayışını güçlendirir; olumsuz davranışların ve gerginliğin azalmasına vesile olur.

Kur'an okunan evin huzuru sadece manevi bir koruma değil, aynı zamanda psikolojik bir denge de sağlar. İnsan, Allah'ın kelamını işitir ve kalbine işler; bu, bilinçaltına huzur, güven ve dinginlik aşılar. Evde sürekli Kur'an okunması, farkında olmadan her bireyin kalbini tahkim eder ve aileyi manevi bir bağ ile birleştirir.

Evin manevi korunması, huzurun artırılması ve kalplerin birliğinin sağlanması için **Kur'an-ı Kerim okumak en temel ve etkili yoldur.** Bakara, Yasin, Fetih ve Tahrim sureleriyle doldurulan ev, hem Allah'ın rahmetiyle çevrilir hem de şeytanın, kötü niyetli enerjilerin ve manevi sıkıntıların etkisinden korunur. Böyle bir ev, sadece maddi olarak değil, ruhsal ve manevi olarak da bir sığınak hâline gelir; aile bireyleri huzur ve güven içinde yaşar.

61

Mühürler, Vefkler ve Tılsım ile Korunma Sağlama

İslam kültüründe ve özellikle tasavvufî pratiklerde, insanın manevi olarak korunması yalnızca dua, zikir ve Kur'an okumayla sınırlı değildir. Bazen, görünmeyen aleme dair belirli semboller ve yöntemler de kullanılmıştır. Bu bağlamda **mühürler, vefkler ve tılsımlar**, bir tür **manevi destek ve koruma aracı** olarak ortaya çıkar. Fakat burada çok dikkat edilmesi gereken bir husus vardır: **Allah'tan başka hiçbir varlığa tapmak veya şirke düşmek kesinlikle caiz değildir.** Mühürler ve vefkler, yalnızca Allah'ın izniyle ve O'na teslimiyetle kullanıldığında faydalı olabilir; aksi takdirde batıl inanç ve hurafe hâline gelir.

Mühürler, üzerinde özel duaların, isimlerin veya ayetlerin yazıldığı sembollerdir. Eski zamanlarda evlerin, dükkânların veya kişilerin üzerine yerleştirilerek manevi korunma sağlandığına inanılırdı. Ancak bu, mühürlerin kendi başına bir güç taşıdığı anlamına gelmez. Asıl güç, mühürlerde yazılı olan Allah'ın isimleri ve duaların, kişinin kalbiyle irtibat kurmasıdır. Yani mühür, kalpteki niyet ve teslimiyetle birlikte bir araç hâline

gelir.

Vefkler, genellikle özel formüllerle yazılmış ve belirli dualar veya ayetlerle desteklenmiş kağıt veya taşlardır. Tarih boyunca vefkler, kötü enerjilerden, nazardan veya hasetten korunmak için kullanılmıştır. Tasavvufî literatürde, vefklerin etkili olabilmesi için **saf niyet, Allah'a teslimiyet ve doğru ilmî bir temele dayandırılması** gerektiği vurgulanır. Aksi hâlde, bunlar sadece batıl inanç unsurları hâline gelir ve kişiye manevi fayda sağlamaz.

Tılsımlar ise genellikle belirli geometrik şekiller, harfler veya ayetlerden oluşur ve kişinin veya mekanın korunması için hazırlanır. Tılsım uygulamalarında önemli olan, kalpteki iman ve Allah'a güven duygusudur. Tılsımın gücü, Allah'ın izni ve kulun niyetiyle bağlantılıdır. Bu nedenle bir tılsımın "kendi başına koruyacağına" inanmak yanlıştır; asıl korunma **Allah'a sığınmak, Muavvizeteyn'i ve diğer korunma surelerini okumak ve kalbi tahkim etmektir.**

M**ühürler, vefkler ve tılsımlar, İslam'da bilinçli ve doğru şekilde kullanıldığında manevi bir destek sağlar.** Fakat bu araçlar, Allah'ın izni ve koruması olmadan işe yaramaz. Her zaman hatırlanmalıdır ki, gerçek korunma yalnızca **Ya Hafız olan Allah'tan gelir.** Bu araçlar, niyetle, dua ile ve teslimiyetle birleştirildiğinde, kalpte güven ve huzur oluşturan semboller hâline gelir; kişinin manevi bağışıklığını güçlendirir ve görünmeyen alemin olumsuz etkilerine karşı bir destek sunar.

62

Doğaltaş İle Manevi Kalkan: Yemek Akiği ve Firuze

Tasavvufî ve İslami gelenekte doğaltaşların manevi bir işlevi olduğu uzun yıllardır kabul edilir. Yaratılmış her varlığın Allah'ın kudretiyle bir anlam kazandığı bilinciyle, taşlar kalbi tahkim eden ve negatif etkilerden koruyan araçlar olarak kullanılmıştır. Ancak unutulmamalıdır ki **asıl koruma Allah'tandır**; taşlar yalnızca kalpteki niyet ve teslimiyetle birlikte manevî kalkan görevi görür.

Firuze Taşının Faziletleri

Firuze, hem fiziksel güzelliği hem de manevi etkileri ile bilinir. Hadis-i kudsîde Efendimiz (s.a.v) şöyle buyurmuştur:

"Alemlerin Rabbi buyuruyor ki: Ben parmağında Firuze yüzük olup da ellerini dua etmek için bana doğru kaldıran kimseyi ümitsizce geri çevirmekten haya ederim."

Bu rivayet, ilim erbabı tarafından bazı yönleriyle zayıf görülse de, pek çok meşâyih, Firuze yüzük takmayı tercih etmişlerdir. İmam Cafer-i Sadık (a.s) da şöyle buyurmuştur:

"Firuze yüzük takılan el asla fakir olmaz."

Firuze taşları arasında **Nişabur Firuzesi** en faziletli olanı olarak kabul edilmiştir. Yüzükte özellikle bu taşın tercih edilmesi, manevi güç ve bereketi artırmak içindir. Taşın enerjisi hakkında detaylı bilgiler mevcut olsa da, temel kaynaklardaki nakiller, bu taşın insanın manevi koruma ve huzuru için yeterli olduğunu gösterir.

Kızıl Yemen Akîk Taşının Faziletleri

Kızıl Yemen Akîk, İslami kaynaklarda özellikle bereket ve korunma taşı olarak vurgulanır. İmam Cafer-i Sadık (a.s) şöyle buyurmuştur:

"Akik yüzük takmak berekettir, akik yüzük takan kişinin akıbeti güzel ve hayırlı olur. Akik yüzük takmak fakirliği, miskinliği ve nifakı yok eder. Akik yolculukta insanın emniyetini sağlar, akik takan perişanlık görmez ve işlerinin akıbeti hayra ulaşır."

Peygamber Efendimiz (s.a.v) de takı olarak akik yüzüğü kullanmış ve Hz. Ali (r.a)'ya hitaben şöyle buyurmuştur:

"Parmağına kızıl akik tak! Çünkü bu akik Allah'ın birliğine, benim nübüvvetime, senin ve evlatlarının velayetine ve imametine, dostlarının cennette ve şiarlarının Firdevs cennetinde oluşuna şehadet etmiştir."

Bir hadis-i şerifte de:

"Her kim akik yüzüğü taksa ihtiyaçlarını temin etmiştir." denilmiştir.

Bu rivayetler, taşın hem bereket hem de korunma yönünü ortaya koyar. Özellikle **Yemen Akîği**, tecrübe ve nakillerle sabit olarak cesaret ve özgüven verici etkisiyle öne çıkar. Örneğin, Hazreti Ali bir meyyitin parmağındaki akik yüzüğün türünü yanlış anlamış, taş dile gelerek meyyitin neden boğul-

duğunu açıklamıştır. Bu olay, taşın özelliklerine dikkat edilmesi gerektiğini ve **Yemen Akîği'nin diğer taşlardan manevi açıdan üstün olduğunu** göstermektedir.

Yemek Akîği ve Firuze taşları, iman ve teslimiyetle birlikte kullanıldığında, kişinin hem kalbini hem de yaşam alanını negatif etkilerden koruyan bir manevi kalkan oluşturur. Firuze dua kapısını açarken, Yemen Akîği cesaret ve bereket verir. Ancak unutulmamalıdır ki, bu taşların gerçek gücü yalnızca Allah'ın izniyle mümkündür. Taşlar, kalpteki iman ve niyetle birleştiğinde, manevi farkındalığı artıran ve ruhsal güvenliği sağlayan araçlar hâline gelir.

63

11. Bölüm — Teslimiyetin Zirvesi: “Bizi Sars ama Bırakma”

64

Sarsılmak mı yok olmak mı?

Hayat yolculuğunda, insanın karşısına çıkan zorluklar ve imtihanlar iki şekilde algılanabilir: ya **sarsılırız**, ya da **yok oluruz**. Bu, sadece fizikî bir çöküşten değil, ruhsal ve manevi anlamdaki bir durumu da ifade eder. Tasavvufî perspektiften bakıldığında, sarsılmak aslında bir rahmet, bir uyanış, bir uyarıdır; yok olmak ise teslimiyetsizlikten doğan bir kayıptır.

Sarsılmak, insanın kalbinde ve ruhunda bir **temizlik ve arınma sürecini** başlatır. Peygamber Efendimiz (s.a.v) ve evliyaların hayatlarına baktığımızda, onlar da zaman zaman büyük sıkıntılar yaşamış, sarsılmış ama yok olmamışlardır. İşte bu, sarsılmanın rahmet olduğunun somut bir örneğidir. Kalp, zorlandığında kendini toparlamayı öğrenir, hatalarını görür, tevbe kapılarını aralar. Sarsılmak, insanı **Allah'a daha yakınlaştıran bir deneyimdir**.

Öte yandan, yok olmak, sarsılmayı fırsat bilmeyip kalbini kapatanların hâlidir. İmtihan ve zorluklar karşısında kalbini sertleştiren, hatalarından ders almayan veya Allah'a yönelmeyen kişi, adeta ruhsal bir çöküş yaşar. Bu çöküş, sadece manevi anlamda değil, günlük hayatında da bir dengesizlik ve

huzursuzluk olarak tezahür eder.

İşte tasavvufun temel öğretilerinden biri de budur: **Sarsılmak, yok olmamak için bir nimettir.** İnsanın başına gelen her sarsıntı, bir uyarı, bir yönlendirme, bazen de bir korunmadır. Çünkü Allah, kulunu yok etmek istemez; ona doğru yolu göstermek, hatasını fark ettirmek ve kalbini güçlendirmek ister.

Bu nedenle, sarsıldığımız anlarda sabretmek, dua ile kalbi kuvvetlendirmek ve teslimiyetle yönelmek çok önemlidir. Sarsılmak, yok olmanın aksine, **manevi bir sıçrama ve yeniden doğuş fırsatıdır**. Bu farkındalıkla yaşayan bir mümin, hayatın tüm iniş çıkışlarında sarsılsa da yok olmaz; aksine, her sarsıntı onun ruhunu tahkim eder ve Allah'a yakınlığını artırır.

Zorluklar, kaygılar ve sıkıntılar karşısında iki seçenek vardır; yok olmak veya sarsılarak güçlenmek. Kalbini Allah'a teslim eden, hatasından ders çıkaran ve sabreden kişi, sarsılmayı bir felaket değil, **rahmet ve fırsat** olarak görecektir. Bu bakış açısı, ruhsal dayanıklılığı ve manevi güvenliği en sağlam şekilde inşa eder.

65

İlahi müdahalenin hikmeti

Hayatımızda bazen öyle anlar gelir ki, işlerimiz şaşar, planlarımız bozulur veya anlam veremediğimiz sıkıntılar baş gösterir. Bu anlarda kalbimizde bir sancı, ruhumuzda bir sıkışıklık hissi uyanır. İşte bu noktada tasavvufî bakış açısı bize hatırlatır ki, **her şey Allah'ın hikmetiyle gerçekleşir ve ilahi müdahale çoğu zaman bizim fark edemediğimiz bir hayır taşır.**

İlahi müdahale, sadece büyük mucizelerde değil, günlük hayatın en küçük detaylarında bile kendini gösterir. Örneğin, planladığımız bir yolculuğun iptal olması, beklenmedik bir hastalık, kaybolan bir eşya veya bir insanın hayatımıza girip çıkması… İlk bakışta bu olaylar rahatsız edici, hatta adaletsiz görünebilir. Ama gerçekte Allah, bu müdahalelerle **bizi kötülüklerden, hatalardan veya tehlikelerden korur**, kalbimizi olgunlaştırır, sabrımızı ve tevekkülümüzü sınar.

Tasavvufî literatürde bu duruma "**kaderin ince işleyişi**" denir. İlahi müdahale, insanın kendi sınırlı bilgisi ve görgüsüyle fark edemediği tehlikeleri önler; bazen de bizi doğrudan doğruya hayra yönlendirir. Evliyalar, manevi tecrübeleriyle bunu sık sık gözlemlemiş ve şöyle söylemişlerdir: "Bazen hayır

sandığın şey zarar, bazen zarar sandığın şey hayırdır." Bu söz, ilahi müdahalenin hikmetini açıklar; her müdahale, insanın bilmediği bir hayrı taşır.

Bir başka boyutu ise ruhsal gelişimdir. Allah'ın müdahalesi, kulun **benliğini olgunlaştırır, nefsini terbiye eder ve kalbini temizler.** Sarsıntılar, engeller ve sınavlar, çoğu zaman insanın içsel olarak güçlenmesini sağlar. İşte bu yüzden, ilahi müdahale sadece "dışsal koruma" değil, aynı zamanda **içsel eğitimin, ruhsal olgunlaşmanın ve manevi farkındalığın aracıdır.**

İahi müdahale sabır, teslimiyet ve tevekkül ile karşılanmalıdır. İnsan, kendi aklıyla sınırlı bir perspektife sahip olsa da, Allah'ın hikmeti **her zaman en doğru yolu** gösterir. Sıkıntı ve zorluk anlarında farkına varmak gerekir ki, Allah bazen bir engel ile bizi kötülükten, bazen bir kısım sıkıntı ile ruhumuzun derinliklerini arındırır. İlahi müdahale, kul için bir rahmet, bir uyarı ve bir yönlendirme olarak değerlendirildiğinde, hayatın tüm çalkantıları birer öğretici ve kalbi tahkim edici hâle gelir.

İşte bu anlayış, müminin kalbini huzur ve güvenle doldurur; sarsıntılar karşısında korkutmadan, yolundan şaşmadan ilerlemesini sağlar ve onu Allah'a daha yakın kılar.

66

Hayra yönelmenin kapıları

İnsan ruhu, fıtraten hayra meyillidir; ancak dünya ve nefis, çoğu zaman kalbimizi bulanıklaştırır, bizi yanlış yönlere çeker. Tasavvufî bakış açısıyla, hayra yönelmek sadece iyi işler yapmak değil, **ruhun derinliklerinden başlayarak kalbi ve zihni doğru yola kanalize etmek** demektir. Hayra yönelmenin kapıları, farkındalık, teslimiyet ve manevi disiplin ile açılır.

İlk kapı, **tefekkür ve farkındalıktır**. Kalbimizi ve nefsimizi tanımadan hayra yönelmek mümkün değildir. Kendi zaaflarımızı, hatalarımızı ve eksiklerimizi görmek; Allah'ın rahmetini, yolunu ve kudretini idrak etmek, bizi yanlış yönlerden alıkoyar. Bu farkındalık, sarsılmalar karşısında yılmamayı, hatalardan ders almayı ve ruhun olgunlaşmasını sağlar.

İkinci kapı, **düzenli ibadet ve zikirle kalbi beslemektir**. Günlük namazlar, sabah-akşam zikirleri ve dualar, kalbimizi Allah'a açar, manevi kapılarımızı güçlendirir. Bu kapıdan geçen kişi, hem hayra meyilli olur hem de kötülükten korunur; zira kalp ne kadar diri ve canlı olursa, hayra yönelmek o kadar kolaylaşır.

Üçüncü kapı, **tevbe ve arınmadır**. İnsan hata yapabilir,

yanlış kararlar verebilir; önemli olan bunları fark edip Allah'a yönelmektir. Tevbe, hayra giden yolda bir reset düğmesidir; geçmişin yüklerinden kalbi arındırır ve yeniden doğru yönelmeyi mümkün kılar.

Dördüncü kapı, **insanlarla ilişkilerde adalet ve merhameti uygulamaktır**. Hayra yönelmek sadece bireysel bir eylem değil, toplumsal bir sorumluluktur. Başkalarına yardım etmek, hak gözetmek ve iyilikte öne çıkmak, kalbi hayra kanalize eder. Bu kapıdan geçerken insan, hem kendi ruhunu hem de çevresini besler.

Son kapı ise **sabır ve tevekküldür**. Hayra yönelmek, bazen zahmetli ve sabır gerektiren bir süreçtir. Yol engellerle doludur; ancak sabreden, tevekkül eden ve Allah'a güvenen kişi, her engeli hayra dönüştürme kudretini bulur. İşte sabır ve teslimiyet, hayra yönelmenin en güçlü kapılarıdır.

Hayra yönelmenin kapıları, kalbimizin derinliklerinden başlar ve yaşamın her alanına yayılır: farkındalık, ibadet, tevbe, adalet ve sabır. Bu kapılardan geçen kişi, sadece dünya için değil, ahiret için de **huzurlu, güçlü ve doğru bir mümin** olur. Hayra yönelmek, kalbin en sağlam duvarlarını örmek, ruhu korumak ve Allah'a yakınlaşmak demektir.

67

Dua ile inşa edilen güçlü karakter

Dua, sadece dilek ve arzularımızı Allah'a iletmek değildir; dua, aynı zamanda ruhumuzu eğiten, kalbimizi olgunlaştıran ve karakterimizi şekillendiren bir **manevi terbiye aracıdır**. Tasavvuf perspektifinden bakıldığında, dua eden bir mümin, kendi iç dünyasında bir yolculuğa çıkar; nefsiyle hesaplaşır, hatalarını fark eder ve Allah'a teslimiyetle yönelir. İşte bu süreç, karakterin temelini oluşturan en güçlü taşları döşer.

Güçlü bir karakterin temel özelliği, **içsel istikrar ve sabırdır**. Dua, insanın ruhunu sarsan korku, endişe ve kararsızlıkları azaltır; kalbe bir güven ve huzur verir. Zor anlarda veya sıkıntılı durumlarda, dua eden kişi, yalnız olmadığını hisseder; Allah'ın kudreti ve merhameti yanında olduğunda, sarsıntılar onu yıkamaz, aksine olgunlaştırır. Bu, karakterin dayanıklılığıdır.

Dua, aynı zamanda **kendini bilme ve nefsi terbiye etme aracıdır**. İçten yapılan bir dua, insanın hangi yönlerini geliştirmesi gerektiğini fark etmesini sağlar. Örneğin, sabırsızlık, öfke veya kıskançlık gibi zaaflar dua ile yüzleştiğimiz alanlar haline gelir. İnsan, dua ederken bu zaaflarını Allah'a arz eder ve O'nun yardımını talep eder;

böylece kalbini temizler, ruhunu güçlendirir ve davranışlarını disipline eder.

Bir diğer boyutu ise **ahlaki güçtür**. Dua, insanı kötülüklerden alıkoyar, hayırlı davranışlara yönlendirir. İnsan, sadece kendi iyiliği için değil, çevresinin ve toplumunun hayrı için de dua etmeye başladığında, merhamet, adalet ve empati gibi erdemler karakterinde yerleşir. Dua, bireyi hem bireysel hem toplumsal boyutta güçlü kılar.

Dua ile inşa edilen karakter, aynı zamanda **teslimiyet ve tevekkül bilincine sahip olur**. İnsan, her şeyin Allah'ın kontrolünde olduğunu fark eder ve kendi sınırlı aklıyla endişelenmeyi bırakır. Teslimiyet, karakterin en derin köklerinden birini oluşturur; kişi, zorluklar karşısında yılmaz, doğru olanı yapmaktan vazgeçmez ve hayra yönelmekte kararlıdır.

Dua sadece bir ritüel veya alışkanlık değildir; **karakteri şekillendiren, kalbi güçlendiren ve ruhu olgunlaştıran bir inşadır.** Her içten edilen dua, Allah'ın rahmetiyle kalbi pekiştirir, nefsi terbiye eder ve insanı hem dünya hem de ahiret yolunda güçlü bir mümin haline getirir. Dua ile inşa edilen karakter, sarsılabilir ama kırılmaz; zorlanabilir ama yılmaz; denetlenebilir ama sapmaz. İşte bu, gerçek manevi güçtür.

Allahümme bitele'lui nuri bihai hucubi arşike min e'dai ihtecebtü ve bi satvetil ceberuti minmen yekidunis tetertu ve bi i'zazin azizi izzike min külli sultanin tehassantu ve bi deymumi kaymumi devami ebediyyetike min külli şeytanin isteaztu ve bi meknunis-sirri min sırrin sırrike min külli hemmin ve ğammin ve deyni ve aduvvin ve zalemin ve daygin ve cari suin tehallestu ve bi sumuvvi numuvvi uluvvi rifatike min külli men yetlubini bi suin istecertü ya Allah ya Allah ya Allah ya hayra men ubide ve efdale men guside ve eazze men zükira ve ecvede men şükira

ve ekrame men suile ve esmeha men e'ata vema behile esbili allahümme aleyye ve ala men tehutuhu şefagahu galbi filleyli vennehari süradigatike elleti la tümezzeguha avasıfurriyahi vela tegteuha bevatürüs sıfahi vela tahriguha nevafizur rimahi inneke ala külli şeyin gadir.

Şahetil vucuhu şahetil vucuhu şahetil vucuhu vucuhuzzalemeti vel fesegati hamim hamim hamim fehüm sakitune şahetil vucuhu şahetil vucuhu şahetil vucuhu vucuhul keferati vel fecerati hamim hamim hamim fehüm mugmehune sümmün bükmün umyun fehüm la yegilun yedullahi fevga eydihim ve hicabullahi ala ebsarihim ve sihamullahi termihim küllema evgadu naran lil harbi edfe ehallahu ve reddallahullezine keferu bi ğayzihim lem yenalü hayran ve kefallahül müminel gıtale ve kanallahu gaviyyen aziza eiznillahümme min cevris sultani ve keydiş şeytani ve asaretil lisani ve hasedil cirani ve tegallubil e'yani ve mimmen hasede ve şemme ve agade ve kade vectehede ve e'ya ve rasede ve rama bi ayneyhi fe amede bi fazli elfi elfi elfi Bismillahirrahmanirrahim

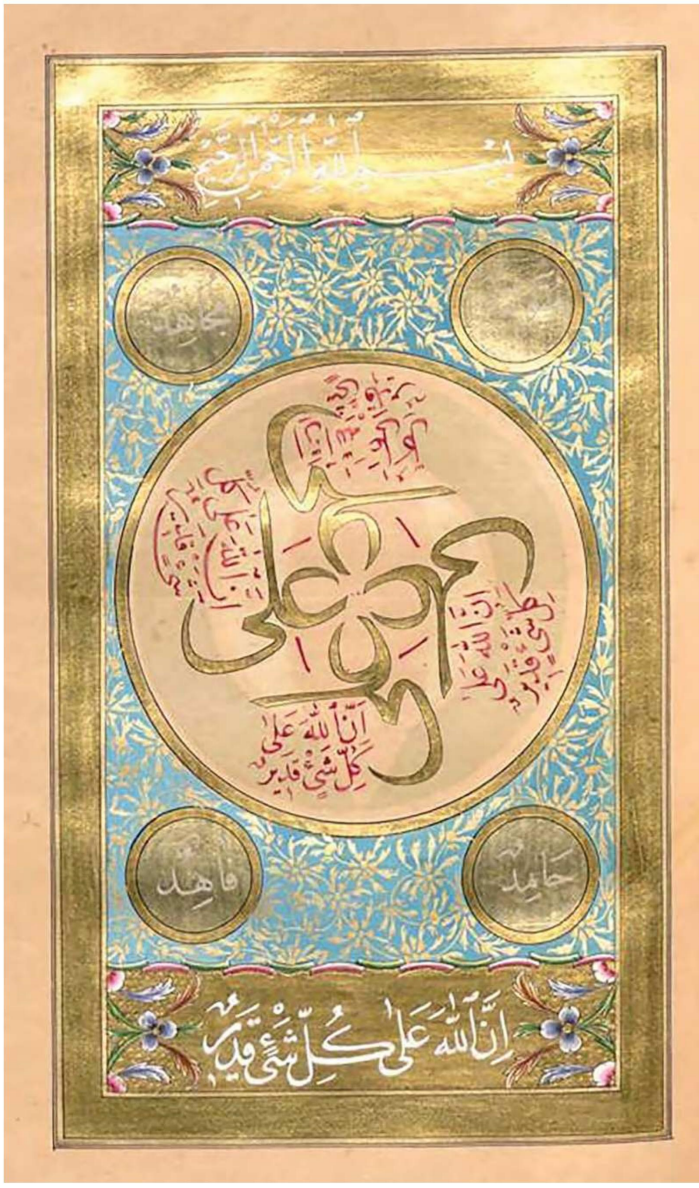
(3 Kere İhlas suresi)

ihteraztu bihirzillahil azimil azami min külli fesihin ve acemin beynena ve beyne eydihim sedden ve leylen müsvedden ve cebelen mumtedden ve tarigan la tevvüden fallahu hayrun hafizan vehuve erhamürrahimin vela havle vela guvvete illa billahil aliyyul azim estevdiullahel aliyyel azimellezi la tudiu vedayiuhu dini ve nefsi ve ehli ve mali ve veledi ve ihvani ve beyti ve zer'i ve cirani ve cemia men ehadethu şefagahu galbi min şerril insi vel cini ecmaine ve min şerri külli dabbetin ente ehizun binasiyetiha inne rabbi ala sıratımmüstegım

(11 Kere) Ve hasbunallahu ve nimel vekil.
(AMİN)

68

SON


بسم الله الرحمن الرحيم
إن الله على كل شيء قدير
حامد
فاهد
إن الله على كل شيء قدير